ตื่นเช้าได้บุญหลาย
ตื่นสายได้บุญน้อย

อนุสรณ์

เนื่องในงานพระราชทานเพลิงศพ

พ.อ. (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ต.ช., ต.ม.

ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม

๒๐ ธันวาคม ๒๕๒๔

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๑๒๖๗๕ สำนักพระราชวัง

๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๒๔

พระราชทานเพลิงศพ พันเอก อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ข้าราชการสังกัดกระทรวงกลาโหม ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม กรุงเทพมหานคร

<u>วันอาทิตย์ ที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๒๔</u> เวลา ๑๗.๐๐ น. พระราชทานเพลิง

สฤษดิ์เดช พิมพ์.

หาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ พันเอก อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ เพื่อทราบ เครื่องพระราชทานเพลิง และเจ้าพนักงานผู้เชิญมานี้เจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น.

ทั้งนี้ ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่งโดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง



พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์

ชาตะ ๒๙ เมษายน ๒๔๗๖

มรณะ ๖ กันยายน ๒๕๒๔



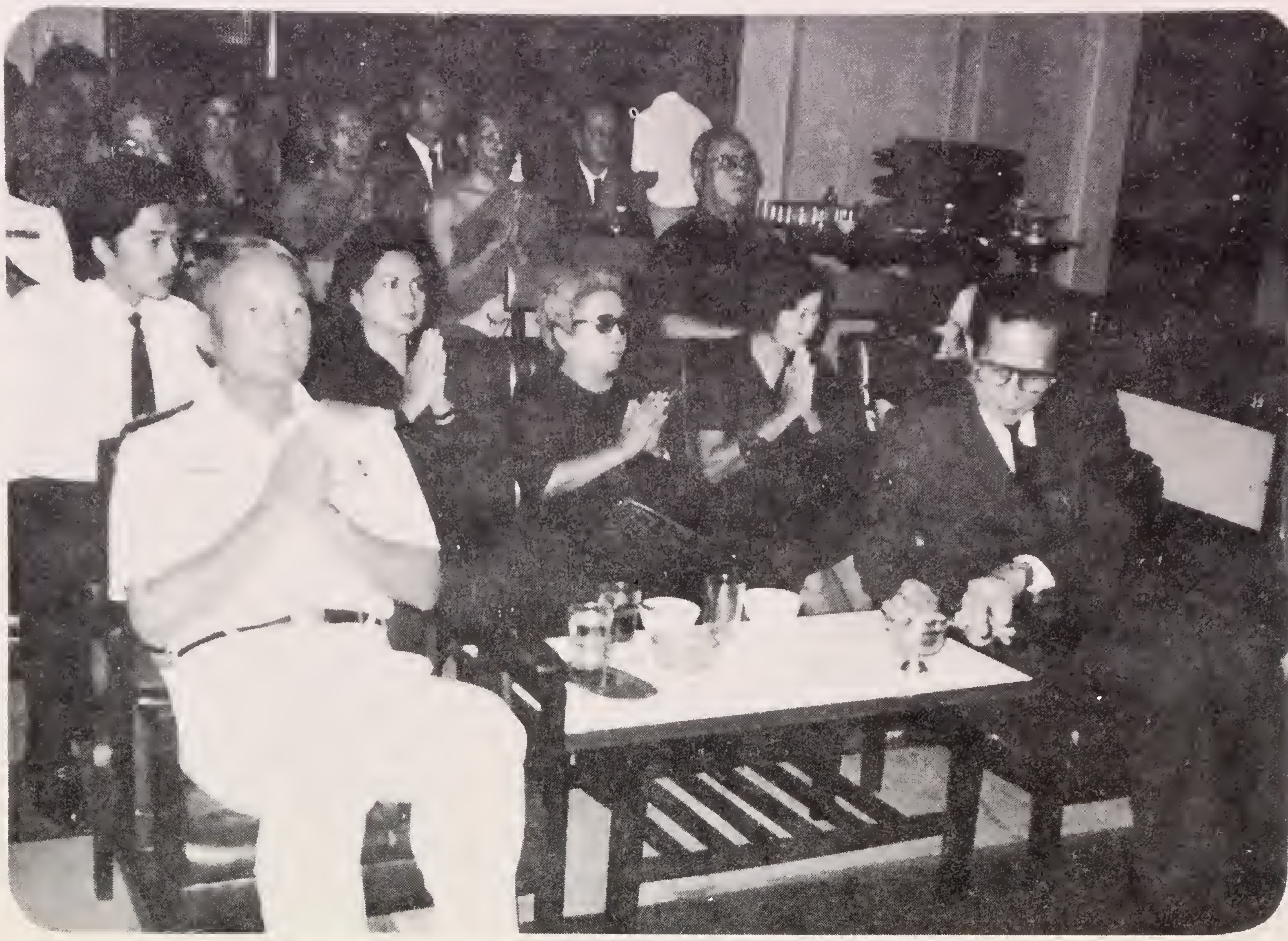
















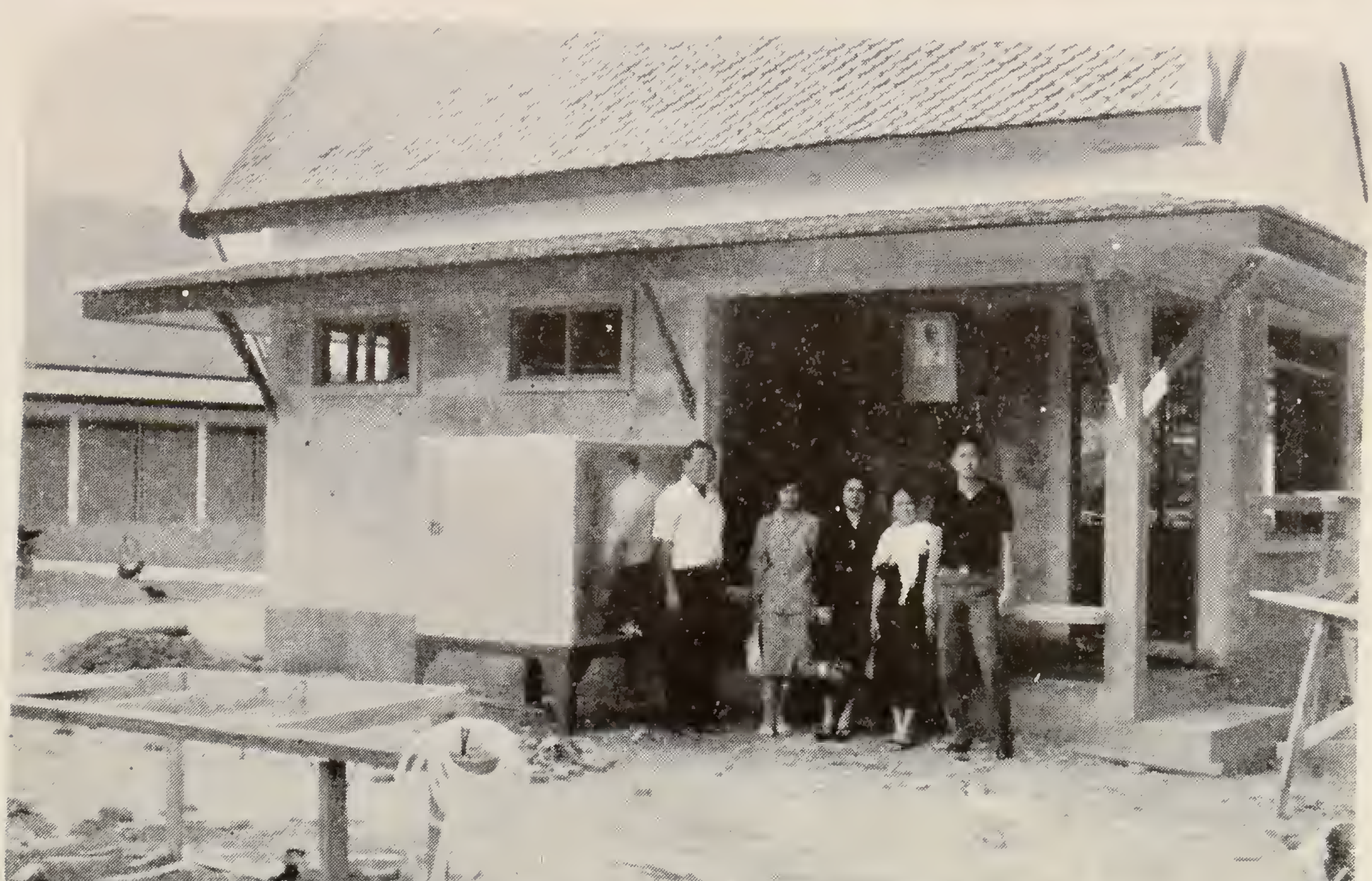






กุฎิ "วิโรจน์ไตรรัตน์" สร้างขึ้นเพื่ออุทิศส่วนกุศล
ให้ พอ.(พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์
ณ. วัดทองธรรมิการาม จังหวัดสมุทรสาคร
วันที่ 20 ธันวาคม 2524





กำลังอยู่ในระหว่างการก่อสร้าง

ประวัติ
พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์

พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ เป็นบุตรของ นายประพันธ์ และ นางจำเริญ วิโรจน์ไตรรัตน์ เกิดเมื่อวันที่ ๒๙ เมษายน พ.ศ. ๒๔๗๖ ที่กรุงเทพ ฯ

มีพี่น้องร่วมบิดา–มารดาด้วยกัน คือ

๑. ว่าที่ ร.ต. บุญมี วิโรจน์ไตรรัตน์ พี่
๒. นางจินดา ไชยกูล พี่
๓. นางฉวี กรีพานิช พี่
๔. นายประยงค์ วัฒนแพทย์ พี่
๕. นางสมพร สุรพันธุ์ น้อง

การสมรส

พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ได้ทำการสมรสกับ นางสาวสุพรรณี ทองสวัสดิ์บุตรีของ ขุนบรรจงชนานุศาสน์ (บรรจง ทองสวัสดิ์) และนางกระจ่าง ทองสวัสดิ์ เมื่อวันที่ ๒๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๙๘ มีบุตรธิดาด้วยกัน รวม ๓ คน คือ

๑. นางสาวพุทธชาด วิโรจน์ไตรรัตน์ เกิดวันที่ ๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๙๙
๒. นายไตรโรจน์ วิโรจน์ไตรรัตน์ เกิดวันที่ ๑๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๐๓
๓. นายสุรเชษฐ วิโรจน์ไตรรัตน์ เกิดวันที่ ๒๓ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๐๕

การศึกษาก่อนเข้ารับราชการ

สำเร็จการศึกษาจาก วิทยาลัยเทคนิคกรุงเทพ ฯ ได้รับประกาศนียบัตรประโยคอาชีวศึกษาชั้นสูง (แผนกช่างก่อสร้าง)

การศึกษาเมื่อเข้ารับราชการแล้ว

สำเร็จการศึกษาอบรมจากโรงเรียนทหารช่าง ในหลักสูตรชั้นนายร้อย รุ่นที่ ๒๘ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๙

สำเร็จการศึกษาได้รับปรับปริญญาตรีทางสถาปัตย์กรรมศาสตร์ Bachelor of Science in Arhitecture จาก Adamson University ประเทศฟิลิปปินส์ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๑

ขึ้นทะเบียนทหารกองประจำการ

เมื่อวันที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๐๐ เครื่องหมาย ท.บ. ๒๕๐๐ ก.ท. ๒๕๐๖

ได้รับพระราชทานสัญญาบัตรยศทหาร

ว่าที่ร้อยตรี	เมื่อ	๒	ตุลาคม	๒๕๐๑
ร้อยตรี	เมื่อ	๑	มกราคม	๒๕๐๓
ร้อยโท	เมื่อ	๑	ตุลาคม	๒๕๐๔
ร้อยเอก	เมื่อ	๑	ตุลาคม	๒๕๐๗
พันตรี	เมื่อ	๑	ตุลาคม	๒๕๑๑
พันโท	เมื่อ	๑	ตุลาคม	๒๕๑๖
พันเอก	เมื่อ	๑	ตุลาคม	๒๕๑๙

ตำแหน่งหน้าที่ราชการ

๒	ตุลาคม	๒๕๐๑	เข้ารับราชการในตำแหน่ง ประจำแผนก กรมยุทธโยธาทหารบก
๑๓	มีนาคม	๒๕๐๖	เป็นนายทหารฝ่ายยุทธโยธา จังหวัดทหารบกสงขลา
๑	กันยายน	๒๕๐๖	ประจำกองบริการ กรมเสมียนตรา
๒๓	พฤษภาคม	๒๕๑๕	รักษาราชการหัวหน้าแผนกช่าง กองบริการ กรมเสมียนตรา
๒๗	กันยายน	๒๕๑๖	เป็นหัวหน้าแผนกช่าง กองบริการ กรมเสมียนตรา

๑ ตุลาคม ๒๕๑๙	ประจำกองบริการ กรมเสมียนตรา (อัตราพันเอก) และรักษารักษาราชการ หัวหน้าแผนกช่าง กองบริการ กรมเสมียนตราอีกตำแหน่งหนึ่ง
๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๑๙	รักษาราชการแทนหัวหน้าแผนกพลาธิการ กองบริการ กรมเสมียนตราอีกตำแหน่งหนึ่งเป็นการชั่วคราว
๑๐ ตุลาคม ๒๕๒๐	ประจำกองบริการ กรมเสมียนตรา และรักษาราชการ หัวหน้าแผนกช่างกองบริการ กรมเสมียนตรา อีกตำแหน่งหนึ่ง
๑๐ เมษายน ๒๕๒๑	ประจำกองบริการ เสมียนตรา แต่ตำแหน่งเดียว
๑ ตุลาคม ๒๕๒๓	เป็นหัวหน้ากองบริการ กรมเสมียนตรา (อัตราพันเอกพิเศษ)

หน้าที่ราชการพิเศษ

๓๐ ธันวาคม ๒๕๐๘	เป็นกรรมการ (ฝ่ายการช่าง) จัดหาที่ดินและอาคารสงเคราะห์ของสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม และสำนักงานเลขานุการรัฐมกตรี
๙ ธันวาคม ๒๕๑๔	เป็นเจ้าหน้าที่ในสำนักนโยบายและแผนกลาโหม ทำหน้าที่ประจำสำนักนโยบายและแผนกลาโหม ในฝ่ายรักษาความมั่นคงแห่งชาติกองบัญชาการคณะปฏิวัติ
๑๕ มกราคม ๒๕๑๖	พ้นจากการปฏิบัติหน้าที่ทางกองบัญชาการคณะปฏิวัติ
๒๙ มิถุนายน ๒๕๑๖	เป็นกรรมการฝ่ายช่างจัดหาที่ดิน และอาคารสงเคราะห์ของสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม และสำนักงานเลขานุการรัฐมนตรี
๙ ตุลาคม ๒๕๑๙	ทำหน้าที่นายทหารฝ่ายพลาธิการ แผนกบริการ กองธุรการและบริการกองอำนวยการฝ่ายทหาร ในคณะปฏิรูปการปกครองแผ่นดิน

ราชการสงคราม หรือในเวลามีเหตุฉุกเฉิน

ได้นับเวลาราชการเป็นทวีคูณในกรณีประจำปฏิบัติหน้าที่อยู่ในเขตประกาศใช้กฎอัยการศึกทั่วราชอาณาจักร เมื่อ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๐๑ ตั้งแต่วันที่ ๒๑ ตุลาคม ๒๕๐๑ ถึงวันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๐๘

ได้นับเวลาราชการเป็นทวีคูณในกรณีประจำปฏิบัติหน้าที่อยู่ในเขตประกาศใช้กฎอัยการศึกทั่วราชอาณาจักร เมื่อ ๖ ตุลาคม ๒๕๑๙ ตั้งแต่วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๑๙ ถึงวันที่ ๕ มกราคม ๒๕๒๐

ได้รับพระราชทานเครื่องราชอิสริยาภรณ์

เบญจมาภรณ์ช้างเผือก	เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๐๖
จัตุรถาภรณ์มงกุฎไทย	เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๐๘
จัตุรถาภรณ์ช้างเผือก	เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๑๒
ตริตาภรณ์มงกุฎไทย	เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๑๗
เหรียญจักรมาลา	เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๑๙
ตริตาภรณ์ช้างเผือก	เมื่อ ๕ ธันวาคม ๒๕๒๐

พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ในขณะรับราชการประจำการได้ป่วยด้วยโรคของเลือด และถึงแก่กรรมเนื่องจากการหายใจล้มเหลว ณ โรงพยาบาลศิริราช เมื่อวันที่ ๖ กันยายน ๒๕๒๔ รวมอายุได้ ๔๘ ปี

แด่

พ.อ. (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์

เมื่อได้ทราบว่า พ.อ. (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ถึงแก่กรรมรู้สึกเสียดาย เพราะเห็นว่ายังอยู่ในวัยที่กำลังทำงานให้เป็นประโยชน์แก่ประเทศชาติ เป็นที่พึ่งอบอุ่นของครอบครัวไปอีกนาน

เริ่มรู้จักและคุ้นเคยกันเมื่อ พ.อ. (พิเศษ) อำไพ ไปติดต่อเรื่องกรมเสมียนตรากระทรวงกลาโหมจะไปทอดกฐินวัดม่วงจังหวัดสิงห์บุรี ซึ่งอาตมาจะไปสร้างอุโบสถ พลเอกวาท กุญชรานุสรณ์ ซึ่งท่านเป็นเจ้ากรมอยู่ในขณะนั้น มอบเรื่องให้มาติดต่อรายละเอียดต่าง ๆ ต่อจากนั้น พ.อ. (พิเศษ) อำไพ ก็มาเยี่ยมเยียนอย่างที่นับถือคุ้นเคยกัน

จากอัธยาศัยที่แสดงออกมา ท่านเป็นผู้มีความรับผิดชอบเมื่อรับงานมาแล้วก็อยากจะทำให้สำเร็จด้วยความเรียบร้อย และที่แสดงออกมาอย่างเห็นชัดคือมิใช่ทำเพราะได้รับคำสั่งอย่างเดียว สังเกตุดูว่าท่านเป็นคนมั่นคงเลื่อมใสและปฏิบัติอยู่ในหลักธรรมทางศาสนาจึงทำด้วยความตั้งใจและคงจะเป็นเพราะการยึดหลักธรรมเป็นข้อปฏิบัตินี้เอง จึงทำให้เจริญในหน้าที่การงานมาโดยลำดับ

แต่ความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของสังขารร่างกายได้มีอำนาจเหนือจนไม่สามารถเหนี่ยวรั้งชีวิตร่างกายของ พ.อ. (พิเศษ) อำไพ ไว้ได้ชีวิตของท่านจึงมาถึงจุดตามภาษิตที่ว่า มรณมฺตํหิ ชีวิตํ ชีวิต มีความตายเป็นที่สุด พระพุทธองค์จึงสอนมิให้คนประมาทให้รีบศึกษาหาความรู้ในปฐม รีบทำงานทำประโยชน์ตนเองและแก่ส่วนรวมอันรวมไปถึงประเทศชาติผู้เกี่ยวข้องครอบครัวญาติมิตรให้เป็นสังฆโสภณ คือทำหมู่ให้งดงาม กล่าวชัดคือชีวิตนี้ไม่ควรประมาทรีบทำความดีแม้ต้องตายจะเพราะเหตุไรก็ตามก็เหลือ “ความดี” ไว้ให้ปรากฏ

พ.อ. (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ เป็นผู้ปฏิบัติธรรมดังกล่าวนั้นตนเองก็เจริญมาในชีวิตการงานและเหลือความดีไว้ให้เป็นตัวอย่าง อย่างน้อยที่สุดแก่บุตรธิดา

ขอกุศลความดีที่ พ.อ. (พิเศษ) อำไพ ได้ทำไว้ตลอดบุญที่ภริยา–บุตรธิดา ญาติมิตรบำเพ็ญอุทิศถึง จงสำเร็จแก่ท่านในภพหน้า สมตามเจตนาทุกประการ

พระเทพกวี

๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๒๔

ตึกแซมกรรมสิทธิ์ปราโมช
คณะเขียวบวร วัดบวรนิเวศวิหาร

คำอนุโมทนา

ทหราปิ จ เย วุฑฺฒา เย พาลา เย จ ปณฺฑิตา
อฑฺฒาเจว ทลิทฺทา จ สพฺเพ มจฺจุปรายนา ฯ

ทั้งคนหนุ่ม ทั้งคนแก่ ทั้งคนโง่ ทั้งคนฉลาด ทั้งคนรวย ทั้งคนจน ล้วนมีความตายเป็นที่ไปในเบื้องหน้า อุปมาเหมือนกันกับหม้อดินทุกชนิดทั้งใบเล็กทั้งใบใหญ่ทั้งเผาสุก ทั้งเผาดิบ ล้วนมีความแตกเป็นที่สุดฉันใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็ฉันนั้น

อชฺเชว กิจฺจมาตปฺปํ โก ชญฺญา มรณํ สุเว.

เราท่านทั้งหลายควรจะรีบทำความเพียรเสียในวันนี้ ใครเล่าจะรู้ได้ว่าความตายจะมาถึงเราในวันพรุ่งนี้

เมื่อวันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๒๔ คุณสุพรรนี วิโรจน์ไตรรัตน์ ได้มาติดต่อขออนุญาตพิมพ์หนังสือเรื่อง "ทาง ๗ สาย กับ ทำวัตรเช้า–เย็น" เพื่อแจกเป็นธรรมวิทยาทานในงานพระราชทานเพลิงศพ พันเอก อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ณ วัดมกุฏกษัตริยาราม กำหนดวันที่ ๒๐ ธันวาคม ๒๕๒๔ ข้าพเจ้ามีความยินดีอนุญาตให้พิมพ์แจกได้ตามความประสงค์ พร้อมทั้งขออนุโมทนาสาธุการมา ณ ที่นี้

ด้วยอำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยอติสัยบุญเขต พร้อมทั้งกุศลอันเป็นส่วนแห่งอามิสทานและธรรมทานที่ท่านเจ้าภาพได้บำเพ็ญมานี้ ขอจงมารวมกันเป็นตบะเดชะปกป้องรักษาท่านเจ้าภาพและท่านที่ได้รับแจกหนังสือนี้ ให้พากันอยู่เย็นเป็นสุขปราศจากทุกข์โศกโรคภัย อุปสรรคอันตรายทั้งหลายทั้งปวง และขอกุศลผลบุญนี้จงเป็นพลวปัจจัยอันแก่กล้าอำนวยวิบากสมบัติแก่ พ.อ. (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ผู้ที่ล่วงลับไปแล้วนั้นตามสมควรแก่คติวิสัยในสัมปรายภพนั้น ๆ ด้วยเทอญ

ขออนุโมทนา

(พระเทพสิทธิมุนี)
พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ
เจ้าคณะภาค

เสียดาย-คุณอำไพ

ผมกับคุณอำไพมีความผูกพันธ์ต่อกันเป็นพิเศษ เพราะผมเป็นผู้นำคุณอำไพเข้ารับราชการในกระทรวงกลาโหม ทั้งนี้โดยการขอร้องฝากฝังจากคุณดิลก มหาดำรงค์กุล เจ้าของห้างนาฬิกา ศรีทองพาณิชย์ ซึ่งเป็นพี่เขยของภริยาคุณอำไพ

ในขั้นต้นคุณอำไพได้เข้ารับราชการในการก่อสร้าง กรมยุทธโยธาทหารบก เมื่อ ต.ค. ๐๑ ต่อมาเมื่อผมได้ดำรงตำแหน่งเจ้ากรมเสมียนตรา สำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม ก็ได้พิจารณาเสนอผู้บังคับบัญชาขออนุมัติจัดตั้งอัตรากำลังเจ้าหน้าที่ฝ่ายช่างโยธาขึ้นในกองบริการกรมเสมียนตรา เพื่อทำหน้าที่บริการซ่อมสร้างในส่วนที่เป็นหน้าที่รับผิดชอบของสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหมเพราะแต่เดิมไม่มีเจ้าหน้าที่บริการในด้านนี้โดยเฉพาะเวลาจะมีการตกแต่งประดับโคมไฟและธงทิวในโอกาสพิธีต่าง ๆ หรือเมื่อไฟฟ้าขัดข้อง ประตูหน้าต่างชำรุด ห้องน้ำห้องส้วมขัดข้องใช้การไม่ได้ ฯลฯ ก็ต้องขอให้กองทัพบกส่งเจ้าหน้าที่ยุทธโยธามาดำเนินการให้ ซึ่งเป็นการไม่สะดวกและบางครั้งก็ไม่ทันเวลาตามที่ต้องการ เพราะกองทัพบกมิใช่หน่วยขึ้นตรงสำนักงานปลัดกระทรวง ฯ ซึ่งท่านผู้บังคับบัญชาชั้นสูงได้พิจารณาเห็นชอบตามข้อเสนอของผม และได้อนุมัติให้จัดตั้งอัตรากำลังเจ้าหน้าที่กรมช่างโยธาขึ้นในกองบริการกรมเสมียนตรา ต่อจากนั้นผมก็ขอโอนคุณอำไพจากกองทัพบกมาประจำกองบริการกรมเสมียนตราเพื่อรับผิดชอบดำเนินการในหน้าที่ฝ่ายช่างโยธาของสำนักงานปลัดกระทรวง-กลาโหมตั้งแต่ ก.ย. ๐๖ เป็นต้นมา ซึ่งคุณอำไพก็สามารถปฏิบัติหน้าที่สนองความต้องการของทางราชการได้เป็นอย่างดีจนได้รับความไว้วางใจและการสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชาให้ดำรงตำแหน่งหัวหน้ากองบริการกรมเสมียนตรา (อัตรา พ.อ. พิเศษ) ซึ่งเป็นตำแหน่งสุดท้ายก่อนถึงแก่กรรม ทั้งนี้นับได้ว่าคุณอำไพเป็นผู้บุกเบิกงานฝ่ายช่างโยธา ของสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหมเป็นคนแรก กระทำความก้าวหน้าให้แก่หน่วยงานนี้เป็นอย่างมาก

เมื่อคุณอำไพซึ่งผมเป็นผู้นำเข้าทำงานในกระทรวงกลาโหมมาด่วนถึงแก่กรรมทั้ง ๆ ที่อายุยังน้อยและกำลังก้าวหน้าในหน้าที่การงานเช่นนี้ ทำให้ผมเศร้าใจและอาลัยเป็นอย่างมาก กระผมขออาราธนาบารมีคุณพระศรีรัตนตรัยได้โปรดนำดวงวิญญาณของคุณอำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ไปสู่สุคติในสัมปรายภพเทอญ.

พล.ท. มนัส ผลาพิบูลย์
อดีตเจ้ากรมเสมียนตราและ
ผู้ช่วยปลัดกระทรวงกลาโหม

คำไว้อาลัย
พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์

คุณสุพรรณี วิโรจน์ไตรรัตน์ ขอให้ข้าพเจ้าเขียนคำไว้อาลัย พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ อดีต หัวหน้ากองบริการ กรมเสมียนตรา สามีผู้ล่วงลับไปแล้ว ข้าพเจ้ามีความเอ็นดูรักใคร่ พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ และครอบครัวมาเป็นเวลานาน จึงยินดีสนองความประสงค์นี้ พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ เป็นนายทหารช่าง เดิมรับราชการที่ กรมยุทธโยธาทหารบก ได้โอนมารับราชการใน กรมเสมียนตรา สำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๐๖ เป็นนายทหารที่มีคุณภาพ มีความรอบรู้ในทางช่าง และการก่อสร้างเป็นอย่างดี ปฏิบัติงานดังกล่าวด้วยความชำนาญทั้งในทางทฤษฎีและทางปฏิบัติ เป็นผู้ที่ขยันขันแข็งและรักงาน จึงสามารถปฏิบัติหน้าที่ราชการที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จลุล่วงอย่างมีประสิทธิภาพ และสมความมุ่งหมายของทางราชการตลอดมา สำหรับการปฏิบัติในทางส่วนตัวกับผู้บังคับบัญชา และนายทหารชั้นผู้ใหญ่ นั้น พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ก็ให้ความคารวะและรับใช้ด้วยดี จึงเป็นที่เอ็นดูรักใคร่ของผู้บังคับบัญชาและนายทหารชั้นผู้ใหญ่ในสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหมทุกคน

ข้าพเจ้าและครอบครัวมีความเสียใจและอาลัยที่ พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโจรน์ไตรรัตน์ ถึงแก่กรรม และต้องจากไปในขณะที่อายุยังน้อย แต่ก็ไม่มีผู้ใดจะสามารถเหนี่ยวรั้งไว้ได้ ในโอกาสพระราชทานเพลิงศพนี้ จึงขอตั้งจิตอธิษฐานอุทิศส่วนกุศล จงเป็นผลดลบันดาลให้วิญญาณของ พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ไปสู่สุคติวิสัยในสัมปรายภพด้วยเถิด

พลเอก

(วาท กุญชรานุสสรณ์)

คำไว้อาลัย พันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์

ผมได้มาทำงานร่วมกับพันเอก อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ เมื่อเดือน ตุลาคม ๒๕๒๓ เมื่อผมได้มีตำแหน่งในกระทรวงกลาโหม และพันเอก อำไพ ฯ มีตำแหน่งเป็นหัวหน้ากองบริการกรมเสมียนตรา สำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม และในช่วงระยะเวลาอันสั้นไม่ถึงหนึ่งปี พันเอก อำไพ ฯ ก็จากพวกเราไป แต่ระยะเวลาอันสั้นไม่เป็นอุปสรรคในการที่ผมจะได้สังเกตุเห็นคุณธรรมความดีของบุคคลผู้นี้เลย คุณสมบัติที่ดีของข้าราชการอันสำคัญข้อหนึ่งคือ ความซื่อตรงในหน้าที่ตลอดจนการปฏิบัติงานอย่างเต็มกำลัง พันเอก อำไพ ฯ มีคุณสมบัติข้อนี้ดีมาก ดังจะยกตัวอย่างให้เห็นสักเรื่องหนึ่ง คือ ผมและพันเอก อำไพ ฯ มีหน้าที่ร่วมกันไปประชุม "คณะกรรมการในการใช้ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยการใช้รถราชการ" ในทำเนียบรัฐบาล พันเอก อำไพ ฯ ได้จัดเตรียมเอกสารการประชุมที่เกี่ยวข้องไว้อย่างบริบูรณ์ทุกครั้ง และนำบุคคลที่ผมจะได้สอบถามเพื่อความเข้าใจแน่นอนในระเบียบเรื่องนี้มาให้ผมสอบถามหลายคนจนผมสามารถเข้าประชุมได้เรียบร้อยในเวลากระทันหัน จนในที่สุดผมได้ไว้ใจให้ พันเอก อำไพ ฯ ไปประชุมในเรื่องนี้เพียงคนเดียว พันเอก อำไพ ฯ ก็ดำเนินการประชุมแทนผมหลายครั้ง ด้วยความไหวพริบสมประสงค์ของทางราชการตลอดมาจนวาระสุดท้ายของชีวิต คุณสมบัติอีกข้อหนึ่ง คือ ความซื่อสัตย์สุจริตชั่วระยะเวลาอันน้อยที่ได้ทำงานร่วมกัน พันเอก อำไพ ฯ ได้แสดงให้เห็นความซื่อสัตย์สุจริตในการปฏิบัติหน้าที่อย่างเด่นชัด ซึ่งนับว่าเป็นบุคคลที่ควรคบหาสมาคมอย่างยิ่ง ถ้าท่านทั้งหลายได้เคยอ่านหนังสือเรื่อง "หลักราชการ" ซึ่งเป็นพระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระมงกุฏเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงนิพนธ์ไว้เมื่อ พ.ศ. ๒๔๕๗ แม้เวลาจะล่วงเลยมากว่า ๖๐ ปีแล้ว ผมเห็นว่า "หลักราชการ" ของพระองค์ท่านก็ยังทันสมัยอยู่เสมอไม่เก่าไปตามเวลา และหากข้าราชการได้ถือพระบรมราโชวาทของพระองค์ท่านไว้บ้าง แม้จะไม่ครบบริบูรณ์ทั้ง ๑๐ ข้อ ก็คงจะเป็นคุณธรรมประจำตัวในการปฏิบัติราชการ ทำให้รุ่งเรืองในหน้าที่ได้ตามความสามารถเป็นอย่างดี

ชั่วระยะเวลา ๑๐ เดือนที่ทำงานร่วมกัน ผมได้สังเกตุเห็นว่า พันเอก อำไพ ฯ ได้ปฏิบัติราชการตาม "หลักราชการ" ของล้นเกล้าล้นกระหม่อม ร. ๖ ได้ทุกข้อ มากบ้างน้อยบ้างตามกำลังความสามารถ ดังตัวอย่างบางข้อบางประการที่ได้ยกมาให้เห็นแล้วนั้น พันเอก อำไพ ฯ ได้จากพวกเราไปแล้วอย่างรวดเร็วคาดไม่ถึง แต่คุณความดีที่ได้กระทำไว้ในขณะมีชีวิตได้เป็นที่ประทับใจของญาติมิตรและเพื่อนฝูงทั่วไป ด้วยบุญกุศลที่ พันเอก อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ได้ประกอบไว้ในโลกนี้ก็คงจะส่งผลให้โลกหน้าของท่านเป็นสุขคติแจ่มใส เป็นที่สบาย เป็นแน่แท้.

พลเรือเอก อดุล ตุลยานนท์

อดุล ตุลยานนท์

อาลัย "แป๊ะ"

ที่หกกันยาอาลัย เมื่อ "แป๊ะ" จากไป
สุดหักใจพร่ำรำพัน

พี่น้องเราเคยพบกัน มิเว้นวายวัน
ต่างทักต่างทายไมตรี

หากราชการงานมี ทำตามหน้าที่
ต้องห่างไปบางเวลา

ครั้นเสร็จธุระกลับมา จะอยู่พร้อมหน้า
ปรึกษาหารือกลมเกลียว

ตั้งแต่นี้ต่อไปเปล่าเปลี่ยว ชะแง้แลเหลียว
มิพบหน้าเหมือนดังเคย

โอ้อนิจจา "แป๊ะ" เอ๋ย มิควรด่วนเลย
มาจากพี่น้องลับไกล

แม้พยายามหักใจ คิดว่าโรคภัย
ทุกผู้มิพ้นแม้เรา

ความทุกข์เพียงแต่บางเบา มิคลายหายเศร้า
เพราะคิดถึงทุกเวลา

ขอบุญกุศลช่วยพา นำดวงวิญญาณ์
ของ "แป๊ะ" สู่ภพสรวงสวรรค์

หากชาติหน้ามีจริงนั้น ขอเกิดร่วมกัน
เป็นพี่น้องทุกชาติเทอญ

จากพี่และน้อง

...........คำไว้อาลัยจากลูก...........วันนั้น...........วันสุดท้าย

.... วันนั้นเป็นวันอาทิตย์ที่ ๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๔ เป็นวันสุดท้ายของคุณป๋าที่ได้จากครอบครัวของเราไปอย่างไม่มีวันจะกลับมาอีก คุณป๋าจากลูกไปอย่างสงบ ความโศกเศร้าอาลัยอาวรณ์ ความว้าเหว่ความรำลึกถึงคุณป๋ายังไม่สร่างซาลงไปแม้แต่น้อย คุณป๋าไม่เคยลืมวันเกิดของลูกและน้องทั้งสอง คำอวยพรที่คุณป๋ามอบให้ลูกทุก ๆ ปีมีค่าเกินยิ่งกว่าสิ่งใดทั้งสิ้น

.... การจากไปของคุณป๋าก็เหมือนการจากไปของชีวิต มีความตายเป็นที่สุด เป็นของธรรมดาโลก เป็นการจากไปที่พวกเราในครอบครัวได้เตรียมใจไว้ตลอดเวลา ทุกอย่างกำลังจะหมดไปตามวันเวลานาทีที่ผ่านไป เพียงแต่เราไม่รู้ว่าวันเวลานาทีนั้นเมื่อใด ข้าพเจ้าขอถือโอกาสขอบคุณท่านศาสตราจารย์ นายแพทย์ มงคล เครือตราชู นายแพทย์ประจำและพยาบาลทุกท่านที่ได้มาดูแลอาการของคุณป๋า

.... คุณป๋าได้จากโลกมนุษย์ไปแล้ว เพราะชีวิตทั้งหลายมีอย่างนี้เป็นธรรมดา ขอเดชะบารมีแห่งกุศลที่คุณป๋าได้สร้างสมไว้ และที่คุณแม่ลูกหลานญาติทั้งปวงมีปณิธานแน่วแน่ อุทิศส่วนบุญกุศลเป็นผลให้ดวงวิญญาณของคุณป๋าผู้ประเสริฐได้เสวยสุขอันสมควรแก่คติวิสัยในสัมปรายภพโน้น เทอญ.

ลูกสาว ....

และน้องชายทั้งสอง

อาลัย "ผู้พัน"

ถึงแม้ว่าท่าน "ผู้พัน" จะไม่ได้มาร่วมคลุกคลีในงานของโรงเรียนอยู่กับพวกเรา ทุกวันก็ตาม แต่ท่านก็ได้ให้ความสะดวกสบายความมีไมตรีจิตแก่พวกเราอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะห้องเรียนชำรุด, โต๊ะเรียนไม่มี, กระดานดำจางไป ฯลฯ เหล่านี้ "ขอให้บอกเถอะ" ท่านจะช่วยอนุเคราะห์ให้พวกเราเสมอ จนพวกเรารู้สึกว่าได้รับความใกล้ชิดและความอบอุ่นจากท่าน

เมื่อท่านต้องจากพวกเราไปด้วยโรคภัยเบียดเบียนในระยะเวลาอันรวดเร็วเกินไปเช่นนี้ ทำให้พวกเราอดที่จะใจหาย, เสียดาย และนึกถึงอยู่ไม่ได้

อาลัยการจาก "ผู้–	พันอำไพ
วิโรจน์ไตรรัตน์" ใน	ที่นี้
ปวงเราเหล่าชาวไตร–	รัตน์ศึก ษานา
ขอกล่าวคำโคลงอ้าง	เอ่ยด้วยจริงใจ
ผู้พันคือหนึ่งผู้	บริหาร
โรงเรียนนับเนิ่นนาน	แน่แท้
ดำเนินกิจการงาน	เจริญรุ่ง เรืองนา
มาด่วนล่วงลับแล้	โศกเศร้าเสียดาย
ขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ได้	บันดาล
ผลส่งดวงวิญญาณ	สู่หล้า
สุขสงบในสถาน	ภพใหม่
จริงดั่งพิษฐานข้า ฯ	แด่ "ผู้พันอำไพ"

คณะครูโรงเรียนไตรรัตน์ศึกษา

จดหมายฉบับสุดท้าย

จาก. แม่ของลูก ถึง. พ่อของลูก

วันที่ ๖ กันยายน ๒๕๒๔ เป็นวันที่ครอบครัวเราต้องขาดพ่อของลูกไปแล้วอย่างไม่มีวันกลับ ดิฉันและลูก ๆ พยายามทำใจให้นิ่ง ๆ หักห้ามความเศร้าโศกที่กำลังเผชิญปลอบใจกันและกันให้ปลงถึงความเป็นจริงแห่งสังขารของมนุษย์ทุกรูปทุกนามซึ่งต้องจากกันไปอย่างแน่นอนที่สุด

ดิฉันและลูก ๆ พร้อมทั้งได้รับความร่วมมือร่วมใจจากญาติและผู้ที่ระลึกถึงพันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ จัดพิธีตามหน้าที่ประเพณีนิยมกระทั่งเสร็จพิธีด้วยความเรียบร้อยทุกประการ ดิฉันและลูก ๆ ขอขอบพระคุณ มา ณ ที่นี้ด้วย

เพื่อเป็นแบบอย่าง จากความสำนึกของดิฉันและลูก ๆ คิดว่าเป็นการเสริมสร้างบุญกุศลทั้งผู้ที่ยังอยู่และเพื่อผู้ที่จากไป จึงได้รวบรวมเงินทั้งหมดที่ท่านได้ให้เกียรติมาร่วมในงานพิธี โดยไม่หักค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้นนำไปสร้างกุฏิถวายวัดเพื่อพระวิปัสสนาได้อยู่เพื่อปฏิบัติธรรม ณ วัดทองธรรมิการาม จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งจะเริ่มสร้างในวันที่ ๒๘ ตุลาคม ๒๕๒๔ นี้ ได้รับความร่วมมือควบคุมจัดการสร้างโดยคุณ ชาญ (เท้ง) โอภาสเมธีกุล ซึ่งเป็นผู้ที่รู้จักคุ้นเคยต่อกันด้วยความจริงใจ

สุดท้ายนี้ ขอกุศลแห่งเจตนาดีของดิฉันและลูก ๆ จงเป็นพลวปัจจัย นำจุติจิตพันเอก (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ สู่สุคติในสัมปรายภพ เทอญ.

สุพรรณี วิโรจน์ไตรรัตน์ (ภรรยา)

กันยายน ๒๕๒๔

ทาง ๗ สาย

รจนาโดย

พระเทพสิทธิมุนิ ญาณสิทธิเถร โชดก ป. ๙

คำนำ

๑. *โกจิ ภิกฺขเว ภิกฺขุโน โคจโร สโก เปตฺติโก วิสโย ยทิทํ จตฺตาโร สติปฏฺฐานา*

ดูกรท่านผู้เห็นภัยในวัฏฏสงสารทั้งหลาย ธรรมที่เป็นโคจร คือเป็นอารมณ์ของนักปฏิบัติ เป็นอมตมรดกอันดั้งเดิมของบิดานั้น ได้แก่สติปัฏฐาน ๔

๒. *ยถา กิเลเส อุปคเต สามญฺญคุณวิธํสเน สติฏฺฐานนงฺคุฏฺฐิเน หญฺญติโส ปุนปฺปุนํ.*

เมื่อใด กิเลสอันเป็นเครื่องกำจัดสามัญญคุณ เข้ามาใกล้แล้ว เมื่อนั้นท่านผู้เป็นนักปฏิบัติธรรม ย่อมสู้รบขับไสไล่ส่งกิเลสเหล่านั้นบ่อย ๆ ด้วยทางธรรม คือสติปัฏฐาน ๔

คณะกรรมการวิปัสสนาสาร แห่งสำนักงานกลางกองการวิปัสสนาธุระ คณะ ๕ วัดมหาธาตุ เห็นว่าหนังสือ "**ทาง ๗ สาย**" นี้ เป็นหนังสือที่ดีและมีประโยชน์แก่นักเรียน นักศึกษา นักค้นคว้า นักปฏิบัติเป็นอย่างดียิ่งเพราะมีทั้งภาคปริยัติ ภาคปฏิบัติ ภาคปฏิเวธ ชี้บอกหนทางไว้ตั้งแต่ต่ำที่สุด จนถึงสูงสุดคือพระนิพพาน หาอ่านหาดูได้ยาก เพราะไม่ค่อยมีคนเขียน ถ้าได้พิมพ์ไว้เป็นธรรมทานก็จะเป็นประโยชน์มาก จึงได้ขออนุญาตต่อ **พระเทพสิทธิมุนี** พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ รองเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุ เจ้าคณะภาค ๑๐ และหัวหน้าพระธรรมทูตสายที่ ๖ ผู้อำนวยการแผนกบาลีมหาธาตุวิทยาลัยท่านก็ยินดีอนุญาตให้พิมพ์ได้ตามความประสงค์ จึงขอขอบพระเดชพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

คณะกรรมการหวังว่าหนังสือเล่มนี้ จะอำนวยประโยชน์แก่นักศึกษา นักเรียน นักค้นคว้า และนักปฏิบัติ นักเทศน์ นักสอน นักเผยแผ่ ได้เป็นอย่างดี

สพฺเพ สตฺตา สุขิตา โหนฺตุ.

ขอให้สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่ เจ็บตายหมดด้วยกันทั้งมวล จงมีแต่ความ ปราศจากความทุกข์ ไม่มีภัย ไม่มีเวร ไม่มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจ ไม่มีความเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ขอให้มีความสุขรักษาตนให้พ้นภัยอยู่เถิด

คณะกรรมการวิปัสสนาสาร

สำนักงานกลางกองการวิปัสสนาธุระ
คณะ ๕ วัดมหาธาตุ กรุงเทพมหาคคร
๒๙ มกราคม ๒๕๒๔

ทาง ๗ สาย

คำว่า "ทาง" แปลว่า ทำให้เตียน ทำให้สะอาดถ้าเป็นชื่อของธรรมะ แปลว่า ธรรมะเป็นเครื่องดำเนินไปสู่พระนิพพาน, ธรรมะอันบุคคลผู้ต้องการพระนิพพานพึงแสวงหา, และแปลว่า ธรรมะที่ฆ่ากิเลสไปก็ได้

ทางนั้น จำแนกออกเป็น ๒ คือ ปกติคฺโค ๑ ปฏิปทามคฺโค ๑

๑. **ปกติมคฺโค** ทางปกติ ได้แก่ ทางบก ทางน้ำ ทางอากาศ เป็นต้น สำหรับคนและสัตว์เดิน

๒. **ปฏิปทามคฺโค** ทางปฏิบัติ ได้แก่บุญบาปที่คนทำ สำหรับกาย วาจา ใจ เดิน

ทางปฏิบัตินั้น จำแนกเป็น ๗ สาย คือ–

๑. **ทางไปนรก**	ได้แก่โทสะ
๒. **ทางไปเปรตอสุรกาย**	ได้แก่โลภะ
๓. **ทางไปเดียรฉาน**	ได้แก่โมหะ
๔. **ทางไปมนุษย์**	ได้แก่ศีล ๕ และ กุศลกรรม บถ ๑๐
๕. **ทางไปสวรรค์**	ได้แก่มหากุศล ๘
๖. **ทางไปพรหมโลก**	ได้แก่สมถกรรมฐาน
๗. **ทางไปนิพพาน**	ได้แก่วิปัสสนากรรมฐาน

อธิบายทางสายที่ ๑

๑. นรก แปลว่า ประเทศที่ปราศจากความสุข มีแต่ความทุกข์ มีอยู่ ๔๕๗ ขุม ขุมใหญ่มี ๙ ขุม นับตั้งแต่สัญชีวนรก กาฬสุตตนรก เป็นต้นไปจนถึงโลกันตนรก ถัดนรกใหญ่แต่ละขุมออกไปในทิศทั้ง ๔ แต่ละทิศ มีอุสสุทนรกทิศละ ๔ ขุม รวมเป็น ๑๒๘

ขุม ถัดอุสสุทนรกออกไปอีก มียมโลกิยนรกอยู่ทิศละ ๑๐ ขุม รวมเป็น ๓๒๐ ขุม ส่วนขุมที่ลึกที่สุด ชื่อว่า **โลกันตนรก** อยู่ที่สุดโลก รวมทั้งสิ้นเป็น ๔๕๗ ขุม ตั้งเรียงกันอยู่ใต้พื้นแผ่นดิน ซึ่งหนาได้ ๒๔๐,๐๐๐ โยชน์

เหตุที่นำไปตกนรก โดยส่วนมาก ได้แก่ **โทสะ** ดังมีหลักฐานรับรองไว้ว่า

โทเสนหิ จณฺฑชาติตาย โทสสทิสํ นิรยํอุปปชฺชนฺติ

ขอรับรองว่าเป็นจริงอย่างนั้น เพราะโทสะเป็นเหตุ สัตว์ทั้งหลายจึงไปตกนรก ซึ่งมีลักษณะเช่นเดียวกันกับโทสะ เพระะโทสะมีชาติหยาบคาย

ผู้พิสูจน์นรก-สวรรค์ได้

ผู้ที่จะพิสูจน์นรกสวรรค์ได้นั้น ต้องมีเครื่องมือคือ ปัญญา ปัญญานั้นมีอยู่ ๓ ประการ คือสุตมยปัญญา ๑ จินตามยปัญญา ๑ ภาวนามยปัญญา ๑

๑. **สุตมยปัญญา** ปัญญาเกิดจากการฟัง การศึกษาเล่าเรียน การท่องจำ การอ่านตำรับตำราโดยทั่ว ๆ ไป ปัญญาขั้นนี้พิสูจน์นรกสวรรค์ไม่ได้

๒. **จินตามยปัญญา** ปัญญาเกิดจากการคิด เช่นคิดทำรถยนต์ รถไฟ เครื่องบิน อาวุธยุทธภัณฑ์ อพอลโล่จรวด เป็นต้น ปัญญาขั้นนี้ก็พิสูจน์นรกสวรรค์ไม่ได้

ปัญญา ๒ ขั้นนี้ เป็นปัญญาหาข้าวกิน หาเงินหาทอง หาข้าวหาของ เพื่อมาบำบัดทุกข์บำรุงสุขของตัวครอบครัว ประเทศชาติ เป็นเหมือนดาบ ๒ คม ถ้าใช้ถูกให้คุณ ถ้าใช้ผิดก็ให้โทษมากเช่น ระเบิดปรมาณูเพียงลูกเดียว สามารถจะทำให้คนตายเป็นจำนวน ๖-๗ หมื่นเรียกว่า มีคุณอนันต์ มีโทษมหันต์

๓. ภาวนามยปัญญ ปัญญาเกิดจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน มีอยู่ ๑๖ ขั้น ขั้นที่ ๑๔ คือ มรรคญาณ ต้องปฏิบัติถึงขั้นนี้ จึงจะสามารถพิสูจน์นรกสวรรค์ได้ เพราะกิเลสคือตัวมิจฉาทิฏฐิ ๔ ตัว ซึ่งเรียกว่า ทิฏฐิคตสัมปยุตตจิต ๔ ขาดไปอย่างไม่มีวันจะกลับฟื้น

คืนมาได้อีก คือเป็น สมุจเฉทปหาน ละได้โดยเด็ดขาด กับ วิจิกิจฉา ตัวที่พาให้สงสัยลังเลใจว่า นรกมีจริงไหม สวรรค์มีจริงไหม ก็ได้ขาดไปพร้อมกัน เมื่อกิเลสทั้ง ๕ ตัวนี้ขาดไปจากขันธสันดานแล้ว จึงจะพิสูจน์ได้ และจึงจะหายสงสัย ดังมีหลักฐานปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕ หน้าที่ ๒๑ พระพุทธองค์ได้ทรงตั้งปัญหาถามเองและตอบเองว่า

โกอิมํ ปฐวึ วิเจสฺสติ ยมโลกญฺจ อิมํ สเทวกํ ดังนี้เป็นต้น

ใจความว่า "ใครจะพิสูจน์แผ่นดินคืออัตภาพนี้ได้ใครจะพิสูจน์ยมโลก คืออบายภูมิทั้ง ๔ ได้และใครจะพิสูจน์มนุสสโลกนี้ พร้อมทั้งเทวโลกได้ ดังนี้ พุทธองค์ได้ทรงตอบเองว่า

เสโข ปฐวึ วิเจสฺสติ ยมโลกญฺจ อิมํ สเทวกํ ดังนี้เป็นต้น ความว่า

พระเสขบุคคล ๗ จำพวก นับตั้งแต่พระอริยบุคคลผู้ตั้งอยู่ในโสดาบัตติมรรคเป็นต้นไป จึงจะพิสูจน์อบายภูมิ ๔ มีนรกเป็นต้นได้ ดังนี้

พระอรรถกถาจารย์ผู้รู้พุทธาธิบายได้แก้ไว้ว่า

โสตาปตฺติมคฺคฏฺฐํ อาทึ กตฺวา ยาวอรหตฺตมคฺคฏฺฐาสตฺตวิโธ เสโข พระเสขบุคคล ๗ จำพวก นั้นตั้งแต่พระอริยบุคคลผู้ตั้งอยู่ในโสดาบัตติมรรคเป็นต้นไป จนกระทั่งถึงพระอริยบุคคลผู้ตั้งอยู่ในอรหัตตมรรคเป็นที่สุด จึงจะสามารถพิสูจน์อบายภูมิ มนุสสภูมิ และเทวภูมิได้

คำว่า *โสดาบัตติมรรค* ก็ได้แก่ มรรคญาณ คือญาณที่ ๑๔ นั่นเอง เมื่อนักปฏิบัติธรรมได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ผ่านญาณที่ ๑ มาโดยลำดับ ๆ จนกระทั่งถึงญาณที่ ๑๔ นี้จึงจะมีความสามารถคือมีปัญญาพิสูจน์นรกสวรรค์มรรคผลนิพพานได้ โดยจะไม่มีความสงสัยเลยแม้แต่น้อย

๒. เปรต ได้แก่ผู้ที่ตายไปแล้ว ไปเกิดในอบายภูมิที่ ๒ คือ ภูมิของเปรต เปรตนั้นมี ๑๒ จำพวกมีตัณหาชิตาเปรต ปรทัตตูปชีวิเปรต เป็นต้น บางจำพวกปากเท่ารู

เข็มก็มี บางจำพวกมือเท่าใบตาลก็มี บางจำพวกถูกไฟเผาอยู่เป็นนิจก็มี บางจำพวกมีไฟพุ่งออกจากปากก็มีบางจำพวกอาศัยทานที่บุคคลอื่นอุทิศให้ก็มี เปรตนั้นชาวบ้านทั้งหลายชอบนิยมเรียกกันว่า "ผีหลอก"

อสุรกาย มีร่างการใหญ่โตกว่าเปรต แต่เป็นพันธุ์เดียวกัน เช่น หมาไทยกับฝรั่งต่างก็เป็นหมาเหมือนกันแต่ตัวโตกว่ากันเท่านั้น ชอบอยู่ในที่เยือกเย็น เช่น ภูเขา ป่าไม้ ดงดิบ ดงทึบ ทะเลสาบ เป็นต้น

เหตุที่นำไปเกิดเป็นเปรต–อสุรกาย โดยมากได้แก่โลภะหรือตัณหา ดังมีหลักฐานจากอัฏฐกถาอัฏฐสาลินีรับรองไว้ว่า

เยภุยฺเยนหิ สตฺตา ตณฺหาย เปตฺติวิสยํ อุปฺปชฺชนฺติ.

จริงอยู่ โดยส่วนมาก สัตว์ทั้งหลายตายไปเกิดเป็นเปรตและอสุรกายก็เพราะโลภตัณหา

ตัวอย่างในอดีต เช่น เปรตญาติของพระเจ้าพิมพิสาร โลภกินของที่จะนำไปถวายพระ ตายแล้วได้ไปเกิดเป็นเปรต พากันทนทุกข์ทรมานอยู่ตั้งนาน พึ่งจะได้รับส่วนบุญจากพระเจ้าพิมพิสารในศาสนาของพระพุทธเจ้าของเรานี้เอง

ตัวอย่างในปัจจุบัน มีตระกูลหนึ่งอยู่ในภาคอีสานมีบุตร ๑๐ คน เดี๋ยวนี้บุตรเหล่านั้นยังมีชีวิตอยู่ทุกคน พ่อกับลูกเขยกำลังพากันสร้างบ้านอยู่ ๒ หลัง หลังที่ ๑ เสร็จไปแล้ว หลังที่ ๒ มุงหลังคาแล้ว กำลังเริ่มปูกระดานบังเอิญทานผลสะคร้อในตอนเที่ยง ทำให้ท้องร่วง ถ่ายไม่หยุดภายใน ๓ วันก็ตาย พอตายแล้วปรากฏว่ามาหลอกลูกหลานต่าง ๆ นานา เช่น ทิ้งของลงมาจากขื่อบ้าน มีเสียงดังตึงตัง ๆ เหมือนกับเสียงคนทิ้งของลงมาจริง ๆ แต่ดูแล้วของไม่มี ลูกเขยเป็นคนค้าขาย ไปซื้อหนังวัวมาตากไว้ฉางข้าวเวลากลางคืนเดือนหงาย ๆ เสียงพับหนังดังเหมือนกันกันเสียงคนพับ หมาเห่าทั้งคืน เห่าอย่างโหยหวน

ทำให้ขนลุกซู่ไปทั้งตัว ข้อนี้ก็เป็นตัวอย่างชี้ให้เห็นได้อย่างชัดเจนแจ่มแจ้งแล้วว่า ตายด้วยความห่วงบ้าน ห่วงลูก ห่วงหลานจึงนำพาให้มาเกิดเป็นเปรตหรืออสุรกาย

ตัวอย่างที่ ๒. ในปัจจุบัน ท่านผู้หนึ่งเมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๐ อยู่ในกรุงเทพมหานครนี้เอง มีใจเลื่อมใสอยากจะเข้าปฏิบัติวิปัสสนา แต่บังเอิญมาล้มเจ็บลงเสียก่อนก่อนจะตายใจก็ห่วงบ้าน ห่วงลูก ห่วงหลาน และห่วงทรัพย์สมบัติ เพราะยังไม่ได้จัดการทำพินัยกรรมแบ่งให้ลูกให้หลาน ครั้นตายแล้วได้มาหลอกลูก ๆ หลาน ๆ นานาประการ เช่น แสดงให้เห็นเป็นรูปร่างจริง ๆ บ้าง แหวกม่านออกมาบ้าง เอามือมาลูบศีรษะบ้าง เดินวนอยู่รอบมุ้งตลอดคืนบ้าง ตัวอย่างนี้ก็พอให้เห็นอีกข้อหนึ่งว่า เพราะโลภาคือความห่วงสมบัติเป็นต้นเหตุเวลาตายจึงได้มาเกิดเป็นเปรตมาหลอกลูกหลาน

สัตว์เดียรฉาน มีมากเช่น ช้าง ม้า วัว ควาย หมู หมา เป็ด ไก่ นก หนู กุ้ง หอย ปู ปลา เป็นต้น โดยส่วนมาก โมหะคือความหลงเป็นผู้นำไปเกิด ดังมีหลักฐานปรากฏอยู่ในอัฏฐาสาลินีอัฏฐากถา รับรองไว้ว่า

โมเหน หิ นิจฺจํสมฺ มุฬฺหํ ติรจฺฉานโยนึ อุปปชฺชนฺติ

จริงอยู่ สัตว์ทั้งหลายตายไปเกิดเป็นสัตว์เดียรฉานซึ่งมีความลุ่มหลงอยู่เป็นนิจก็เพราะโมหะเป็นตัวการนำไป ดังนี้

ตัวอย่างในอดีต เช่น นายโกตุหลิกะ เดินทางมาแต่ไกล มีความลำบากและเหน็ดเหนื่อยเมื่อยหล้าเป็นกำลังพร้อมทั้งหิวอาหารในการเดินทางไกลกันดารด้วย ครั้นมาถึงหมู่บ้านแห่งหนึ่งในวันนั้น มีการทำขวัญแม่โคนมของนายโคบาล ในเรือนของนายโคบาลพระปัจเจกพุทธเจ้าองค์หนึ่งมาฉันเป็นนิตย์ ในวันนั้น เมื่อนายโคบาลนิมนต์พระปัจเจกพุทธเจ้าฉันเสร็จแล้ว จึงได้ทำการมงคล ข้าวปายาสเขาจัดแจงไว้เป็นอันมาก เมื่อนายโคบาลเห็นสองสามีภรรยานั้นมา จึงทำความสงเคราะห์ โดยสั่งให้ ๆ ข้าวปายาสกับเนยใสเป็นอันมาก

ภรรยาจึงกล่าวกะสามีว่า เมื่อพี่มีชีวิตอยู่ น้องก็ชื่อว่ามีชีวิตอยู่ พี่มีท้องพร่องมานานแล้ว ขอพี่จงรับทานตามความต้องการเถิด นางจึงวางข้าวปายาสไว้เบื้องหน้าของ

สามีพร้อมกับสัปปี ส่วนนางก็บริโภคสัปปีเหลวแต่น้อยหนึ่งเท่านั้น ส่วนนายโกตุหลิกะบริโภคมากไป เพราะหิวมาตั้ง ๗–๘ วัน นายโคบาล ครั้นให้ข้าวปายาสแก่ ๒ ผัวเมียแล้ว ตนเองจึงเริ่มจะบริโภค นายโกตุหลิกะนั่งแลดูเขาอยู่ เห็นก้อนข้าวปายาสที่นายโคบาลปั้นให้แก่นางสุนัขซึ่งนอนอยู่ใต้ตั่ง จึงคิดว่า นางสุนัขตัวนี้ มีบุญ จึงได้โภชนะเห็นปานนี้เนืองนิตย์ ตกกลางคืน นายโกติหลิกะนั้น ไม่สามารถจะยังข้าวปายาสให้ย่อยได้ จึงทำกาละคือตาย แล้วได้ไปบังเกิดในท้องแห่งนางสุนัขตัวนั้น เมื่อภรรยาเขาเผาศพสามีแล้ว ก็ได้ทำการรับจ้างอยู่ในบ้านนั่นเอง ได้ข้าวสารมาทะนานหนึ่ง หุงใส่บาตรถวายพระปัจเจกพุทธเจ้าแล้วอุทิศส่วนบุญให้สามีว่า *"ภนฺเต ทาสสฺส โว ปาปุณาติ"* ท่านเจ้าข้า ขอกุศลผลบุญอันนี้ จึงถึงแก่ทาสของท่านเถิด ดังนั้นนางคิดว่า พระผู้เป็นเจ้ามาที่นี้เป็นประจำไทยธรรมของเราจะมีหรือไม่มีก็ช่างเถิด เราไหว้ท่านอยู่ ทำความขวนขวายอยู่ ยังใจให้เลื่อมใสอยู่ทุก ๆ วัน จักได้บุญมาก จึงได้ทำการรับจ้างอยู่ในบ้านนั้นเอง

เรื่อง **สุนัขใจบุญ สร้างมหากุศล ตายได้ไปเกิดในสวรรค์**

ภายใน ๖–๗ เดือน นางสุนัขตัวนั้นก็คลอดลูกออกมาตัวหนึ่ง นางโคบาลได้ให้น้ำนมของแม่โคนมตัวหนึ่งแก่ลูกสุนันนั้น ไม่นานเท่าไรนัก ลูกสุนัขตัวนั้นก็เติบใหญ่ เมื่อปัจเจกพุทธเจ้ามาฉันท่านก็ให้ก้อนข้าวแก่ลูกสุนัขตัวนั้นทุก ๆ วัน เพราะได้อาศัยก้อนข้าวของท่าน ลูกสุนัขตัวนั้น จึงได้มีความรักใคร่ในท่านมาก เมื่อนายโคบาลไปสู่ที่บำรุงของพระปัจเจกพุทธเจ้าวันละ ๒ เวลา ก็ได้พาสุนัขตัวนั้นไปด้วยทุกครั้ง เวลาเดินทางผ่านป่าก็เอาไม้ตีที่พุ่มไม้และพื้นดินในที่ซึ่งมีเนื้อร้ายในระหว่างทางส่งเสียงว่า *"สุ สุ สุ" ๓ ครั้ง* เพื่อยังเนื้อร้ายให้หนีไป วันหนึ่ง นายโคบาลได้กล่าวกะพระปัจเจกพุทธเจ้าว่า "พระคุณเจ้าผู้เจริญถ้าเมื่อใดผมไม่มีเวลาว่าง เมื่อนั้นผมจะส่งสุนัขตัวนี้มาวันไหนไม่มีเวลาว่าง เขาก็ส่งสุนัขตัวนั้นไปว่า "พ่อจงไปจงนำพระผู้เป็นเจ้ามาด้วยคำเพียงเท่านี้ สุนัขนั้นก็วิ่งถึงที่ซึ่งนายตีพุ่มไม้และพื้นดิน ก็เห่าขึ้น ๓ ครั้ง แล้วก็ไปจนถึงที่อยู่ของพระปัจเจกพุทธเจ้า เข้าไปยังบรรณศาลานั่งอยู่แล้ว ถึงประตูบรรณศาลา จึงเห่าขึ้น ๓ ครั้ง เพื่อให้ท่านรู้ว่า ตนมาแล้ว

จึงได้นอนหมอบอยู่ ณ ส่วนข้างหนึ่ง เมื่อพระปัจเจกพุทธเจ้าได้ออกเดินทางไป สุนัขก็เดินเห่าไปข้างหน้า ๆ เมื่อจะทดลองสุนัข ท่านจึงทำทีเป็นหลงทาง เดินทางไปทางอื่นเสีย สุนัขจึงรีบไปยืนเห่าขวางหน้าของท่านไว้ แล้วนำท่านกลับมาทางเดิมอีก

ต่อมาวันหนึ่ง ท่านเดินไปสู่ทางอื่น ถึงแม้ว่าสุนัขนั้นจะไปยืนขวางอยู่ข้างหน้าก็ไม่กลับ เอาเท้ากระตุ้นสุนัขแล้วก็เดินไป สุนัขรู้ว่าท่านจะไม่กลับ จึงรีบไปคาบชายผ้านุ่งฉุดมา นำท่านมาสู่ทางที่ตนประสงค์อีก สุนัขนั้นได้ยังความรักอันมีกำลังให้เกิดขึ้นแล้วในพระปัจเจกพุทธเจ้านั้น ด้วยประการอย่างนี้

ต่อมา จีวรของท่านเก่าแล้ว นายโคบาลจึงได้ถวายผ้าสำหรับจีวรแก่ท่าน ท่านจึงได้อำลาโยมไปสู่สถานที่สบายแล้วจักทำจีวร สุนัขได้ยินฟังคำของคนทั้ง ๒ นั้นอยู่เหมือนกัน ท่านได้เหาะขึ้นสู่เวหา บ่ายหน้าต่อเขาคันธมาน์ สุนัขแลดูท่านผู้กำลังเหาะไปทางอากาศ ยืนเห่ายืนหอนอยู่ เมื่อท่านลับสายตาไป หทัยก็แตกทำลายลงคือตายอยู่ ณ ที่นั้นนั่นเอง

สุนัขสร้างมหากุศลได้ไปเกิดเป็นโฆสกเทพบุตรในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์

ชื่อว่าสัตว์ดิรัจฉานทั้งหลายนั้น เป็นสัตว์ที่มีชาติซื่อตรง ไม่คดโกง ส่วนมนุษย์นั้น ใจคิดไปอย่าง ปากพูดไปอย่าง ไม่ตรงกัน เพราะเหตุนั้นแล นายเปสสะ ผู้เป็นบุตรของนายควาญช้างจึงได้กล่าวไว้ ซึ่งได้ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๓ หน้าที่ ๔ ว่า

"คหณฺเหตํ ภนฺเต ยทิทํ มนุสฺสา อุตฺตานกญฺเหตํ ภนฺเต ยทิทํ ปสโว"

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ แท้จริง ขันธบัญจกคือมนุษย์นี้ รกชัฏ ๆ ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ แท้จริง ขันธนบัญจก คือสัตว์ของเลี้ยงนี้ตื้น ดังนี้

สุนัขนั้น ตายแล้วได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ได้เสวยสมบัติใหญ่ ก็เพราะเป็นสัตว์มีความเห็นอันตรงและไม่คดโกงด้วยประการฉะนี้

ท่านสาธุชนผู้ใจบุญทั้งหลาย ถ้าเราไปตกนรกก็ดีไปเกิดเป็นเปรตและอสุรกายก็ดี ไปเกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉานก็ดี เราไม่มีโอกาสที่จะสร้างความดีเช่นกับมนุษย์ จะไปรักษาศีลจะไปถวายทาน จะไปไหว้พระสวดมนต์ จะไปเจริญสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานก็ไม่ได้เพราะกรรมหนัก กรรมมีกำลังแรงปิดบังไว้ จึงเป็นเหตุให้สรรพสัตว์พากันวนเวียนอยู่ในห้วงแห่งกิเลสและกองทุกข์อย่างน่าสะพึงกลัวมาก เพราะฉะนั้น ของมวลพุทธบริษัท จงพากันทำบุญให้มาก ๆ เถิดในเมื่อเรามีโอกาส จะได้ไม่พลาดท่าเสียทีไปเกิดในทุคติ เราจะได้เป็นผู้มีโชคดีไปบังเกิดในสุคติโลกสวรรค์ อันปราศจากทุกข์ภัยต่าง ๆ เริ่มตั้งต้นชีวิตตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไปเถิด เพราะยังไม่สาย ยังจะมีโอกาสปิดประตูอบายได้อยู่ จะไม่ได้เกิดเสียใจในภายหลัง และจะไม่ได้ถึงบางอ้อ เพราะไม่กี่ปีเราก็จะพากันกลับบ้านเก่าอยู่ และขณะนี้บางคนก็เป็นดุจต้นไม้ใกล้ฝั่งอยู่แล้ว รอคอยลมคือความตายอยู่ทุกคืนทุกวันเท่านั้น รีบถ่อรีบพายเถิด ตะวันจะสาย ตลาดจะวาย สายบัวจะเน่า สมเด็จพ่อก็ได้ทรงแนะนำพร่ำสอนไว้แล้วซึ่งปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ หน้าที่ ๓๘๙ ว่า

อุฏฺฐหถ นิสีทถ โก อตฺโถ สุปิเตน โว
อาตุรานํ หิ กา นิทฺทา สลฺลวิทฺธานรุปฺปตํ
อุฏฺฐหถ นิสีทถ ทฬฺหํ สิกฺขถ สนฺติยา

เชิญท่านทั้งหลายลุกขึ้นเถิด เชิญท่านทั้งหลายนั่งเถิดท่านจะมัวนอนฝันเอาประโยชน์อะไรในเมื่อชาวโลกทั้งหลาย กำลังถูกลูกศร คือความยากจนชั่วร้ายเสียบแทงบ่นี้ปอยู่ฉะนี้ เชิญท่านทั้งหลายลุกขึ้นเถิด เชิญท่านทั้งหลายนั่งเถิด ท่านจะมัวนอนหลับทับสิทธิ์อยู่ทำไมเล่า ท่านทั้งหลายจงรีบลงมือศึกษาปฏิบัติเพื่อสันติสุขเสียเดี๋ยวนี้เถิด ดังนี้

๔. คำว่า "มนุษย์" ตามความหมายทางภาษาบาลีมีได้หลายนัย เช่น **ผู้มีใจสูง, ผู้รู้สิ่งที่เป็นประโยชน์และสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์, ผู้เป็นเหล่ากอของผู้รู้,** ผู้ที่จะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ก็เพราะได้อาศัยธรรมของมนุษย์ ได้แก่ศีล ๕ และกุศลกรรมบท ๑๐ ศีล ๕

และกุศลกรรมบถนี้แหละเป็นคุณธรรมที่จะเสกสรรปั้นปรุงให้เป็นคน ถ้าใครขาดธรรมทั้ง ๒ หมวดนี้ ก็จัดว่าเป็นคนไม่เต็มคน เหตุดังนั้นท่านจึงแบ่งมนุษย์ออกเป็น ๕ จำพวกคือ

๑. มนุสฺสเนรยิโก มนุษย์สัตว์นรก
๒. มนุสฺสเปโต มนุษย์เปรต
๓. มนุสสฺติรจฉาโน มนุษย์สัตว์ดิรัจฉาน
๔. มนุสฺสภูโต มนุษย์แท้ ๆ
๕. มนุสฺสเทโว มนุษย์เทวดา

๑. **มนุสสฺเนรยิโก** มนุษย์สัตว์นรก ได้แก่มนุษย์ผู้ดุร้ายหยาบคาย เที่ยวฆ่าสัตว์ตัดชีวิตเขา เที่ยวจี้เที่ยวปล้นเอาทรัพย์สมบัติของผู้อื่นมาเป็นของตนด้วยอาการทารุณดุร้าย เช่น ฆ่าเจ้าทรัพย์ตายบ้าง ทุบตีจนบาดเจ็บสาหัสบ้าง ข่มขืนแล้วฆ่าบ้าง เบียดเบียนผู้อื่น สัตว์อื่นทรมานผู้อื่น สัตว์อื่น โดยอาการทารุณดุร้ายหยาบคายนานาประการ รวมความว่าเป็นคนไร้ศีลธรรม ไม่มีมนุษยธรรมคือศีล ๕ ประจำตัวเลย เป็นมิจฉาทิฏฐิ ท่านจึงได้ขนานนามว่า *มนุสฺสเนรยิโก* แปลว่า มนุษย์สัตว์นรก คือเป็นมนุษย์แต่ชื่อ ส่วนความประพฤติทางกาย วาจา ใจ นั้นเลวทรามต่ำช้า ดุร้ายหยาบคาบเหมือนกับสัตว์นรกฉะนั้น

๒. มนุสสเปโต มนุษย์เปรต ได้แก่มนุษย์ผู้มากไปด้วยความโลภ มากไปด้วยตัณหา ชอบลักเล็กขโมยน้อย โลภเอาของผู้อื่นมาเป็นของตนแย่งชิงวิ่งราว เป็นต้น แม้พวกที่เที่ยวขอทานมีบาดแผลเกรอะกรังก็สงเคราะห์เข้าในประเภทนี้ด้วย

๓. **มนุสสติรจฺฉาโน** มนุษย์สัตว์ดิรัจฉาน ได้แก่มนุษย์ที่ขวางศีล ขวางธรรม มีโมหะคือความหลงมากไม่รู้จักบาป ไม่รู้จักบุญ ไม่รู้จักคุณ ไม่รู้จักโทษ ไม่รู้จักประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ ไม่รู้จักคุณของผู้มีคุณ เช่น บิดามารดา ครูบาอาจารย์ เป็นต้น เป็นมนุษย์ผู้ไร้ศีลธรรมดื่มเหล้าเมาสุรา สูบฝิ่นกินกัญชา ทำอะไรทางกาย วาจา ใจ ก็ขวาง ๆ ผิดทำนองครองธรรม ท่านจึงได้ขนานนามว่า *มนุสฺสติรจฺฉาโน* แปลว่า มนุษย์สัตว์

ดิรัจฉาน ดิรัจฉาน ท่านแปลว่า ผู้ไปขวาง คือเดินทอดตัว ไม่ได้เดินตั้งตัวเหมือนคน คนดิรัจฉานก็ฉันนั้น ทำอะไรก็ขวางธรรมขวางวินัย คือผิดศีลธรรมอยู่เสมอ ๆ

๔. มนุสสภูโต มนุษย์แท้ ๆ คือเป็นคนเต็มคนได้แก่บุคคลผู้เกิดมาเป็นคนแล้วได้รักษาศีล ๕ มั่นเป็นนิตย์ มิได้ขาดมิได้ประมาทต่อศีล เพราะถือว่าเป็นมนุษยธรรม คือเป็นธรรมประจำมนุษย์ ธรรมที่ทำคนให้เป็นคนแต่มิได้บำเพ็ญกุศลจริยาอย่างอื่นอีก เช่น ไม่ได้ให้ทาน ไม่ได้ฟังธรรม เป็นต้น มนุษย์อย่างนี้ท่านขนานนามว่า *มนุสสภูโต* แปลว่า มนุษย์แท้ ๆ คือเป็นคนเต็มคน เพราะมีคุณธรรมของคนคือศีล ศีลท่านแปลว่า เศียร คือหัว ถ้าคนขาดศีล ก็คือคนหัวขาดนั่นเอง เพราะขาดจากคุณธรรมของความเป็นคน

๕. มนุสฺสเทโว มนุษย์เทวดา ได้แก่มนุษย์ผู้มีศีล ๕ มั่นเป็นนิตย์ แล้วยังได้พยายามบำเพ็ญกุศลเพิ่มพูนบารมีอยู่เรื่อย ๆ เช่น ให้ทาน ฟังธรรม เรียนธรรม ปฏิบัติธรรม ไหว้พระ สวดมนต์ มีหิริ คือความละอายบาป มีโอตตัปปะ คือความสะดุ้งกลัวต่อผลแห่งบาปอยู่เสมอเรียกว่า เป็นผู้มีใจสูงดุจเทวา เพราะประกอบด้วยเทวธรรม ๗ ประการ คือ–

๑. บำรุงเลี้ยงมารดาบิดา
๒. ประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตนต่อบุคคลผู้เจริญในตระกูล
๓. พูดจาไพเราะเสนาะหู อ่อนหวาน นุ่มนวล
๔. ละความส่อเสียด
๕. ละความตระหนี่เหนียวแน่น
๖. รักษาคำสัตย์
๗. ไม่โกรธ

มนุษย์ผู้มีคุณสมบัติเช่นนี้ ท่านขนานนามว่า *มนุสสเทโว* แปลว่า มนุษย์เทวดา

เท่าที่แสดงมานี้ ก็พอชี้ให้เห็นได้เด่นชัดแล้วว่า ศีลธรรมเท่านั้นเป็นเครื่องวัดบุคคล เป็นเครื่องแบ่งแยกบุคคลให้มีประเภทต่าง ๆ ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น ถ้าผู้

ใดไร้ศีลธรรม ผู้นั้นก็ชื่อว่าเป็นคนไม่เต็มคนบ้าง เป็นคนเปรตบ้าง เป็นคนอสุรกายบ้าง เป็นคนนรกบ้าง เป็นคนดิรัจฉานบ้าง ถ้าผู้ใดมีศีลธรรม มีกัลยาณธรรม มีวัฒนธรรมอันดีงาม ผู้นั้นก็ชื่อว่า เป็นคนเต็มคน เป็นคนแท้ ๆ และเป็นคนเทวดา

เพราะฉะนั้นทางไปมนุษย์จึงได้แก่ศีล ๕ ซึ่งเป็นมนุษยธรรม คือธรรมประจำมนุษย์ ในพระบาลีท่านเรียกว่า *อริยธรรม* เช่น คำว่า *"อริยธมฺเม ฐิโต นโร"* นรชนผู้ตั้งอยู่ในอริยธรรม ได้แก่บุคคลผู้ตั้งอยู่ในศีล ๕ ดังนี้

๕. **ทางไปสวรรค์** ได้แก่มหากุศล ๘ ๆ

คำว่า "**สวรรค์**" นี้ ตามรูปศัพท์ภาษาบาลี แปลว่า เลิศด้วยดีก็ได้ แปลว่ามีอารมณ์ดีงามก็ได้ แปลว่า อันสรรพสัตว์พึงถึงด้วยกรรมอันดีงามก็ได้ และแปลว่า เป็นที่ข้องอยู่ติดอยู่แห่งสัตว์ทั้งหลายก็ได้

สรุปความว่า สวรรค์ ได้แก่โลกเป็นที่อยู่ของเทวดา มีแต่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะอันดีงาม คือ เป็นของทิพย์ ดีเลิศประเสริฐกว่าเมืองมนุษย์หลายเท่า ในกามาวจรมีอยู่ ๖ ชั้น คือ

๑. สวรรค์ชั้นจาตุมหาราช

๒. สวรรค์ชั้นดาวดึงส์

๓. สวรรค์ชั้นยามา

๔. สวรรค์ชั้นดุสิต

๕. สวรรค์ชั้นนิมมานรดี

๖. สวรรค์ชั้นปรนิมมิตวสวัสดี

สวรรค์ทั้ง ๖ ชั้นนี้ ตั้งอยู่ถัดกันไปตามลำดับ ที่แสดงมานี้ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙ หน้าที่ ๕๓๑

ระยะทางไปสวรรค์

ระยะทางไปสวรรค์นี้ ท่านกล่าวไว้ในคัมภีร์โลกทีปสารว่า

อสุรปุรโต หิ ยาว มนุสฺสภูโต จตุราสีติโยชนสหสฺสนิโหนฺติ ตั้งแต่เมืองอสูร ถึงเมืองมนุษย์ ๘๔๐๐๐ โยชน์

มนุสฺสภูมิโต ยาว จาตุมฺมหาราชิกา เทฺวจตฺตาฬีส โยชนสหสฺสานิ. ตั้งแต่นนุษย์ ถึงชั้นจาตุม ฯ ๔๒๐๐๐ โยชน์

ตถา จตุมฺมหาราชิกโต ยาว ตาวตึสา. ตั้งแต่ชั้นจาตุม ฯ ถึงชั้นดาวดึงส์ก็ ๔๒๐๐๐ โยชน์เท่ากัน

อิติ อสุรปุรโต ยาว ตาวตึสปุรา โยชนานํ เอกลกฺขํ ฉนหุตํ อฏฺฐสหสฺสญฺจ.
โดยเหตุนี้ ตั้งแต่เมืองอสูร ถึงเมืองดาวดึงส์ จึงเป็นระยะทาง ๑๖๘๐๐๐ โยชน์

ปฐวิตลโต ยาว ตาวตึสา ปน จตุราสีติ โยชนสหสฺสานิ
ถ้าจะคิดแต่พื้นดินขึ้นไป ถึงชั้นดาวดึงส์เป็นระยะทางตั้ง ๘๔๐๐๐ โยชน์

ตาวตึสโต ยาว ยามา โยชนานํ จตุลกฺขํ ตีนหุตํ จตุสหสฺสํ จตุสตญฺจ.
ตั้งแต่ชั้นดาวดึงส์ ถึงชั้นยามาเป็นระยะทางตั้ง ๔๓๔๐๐๐ โยชน์

ตทา ยามโต ยาว ตุสิตา สตฺตลกฺขํ จตุราสีติสหสฺสํ อฏฺฐสตญฺจ.
ตั้งแต่ชั้นยามา ถึงชั้นดุสิต เป็นระยะทางตั้ง ๗๔๔๘๐๐๐ โยชน์

ตุสิโต ยาว นิมฺมานรติโต เอกาทสลกฺขานิ ตินหุตํ ปญฺจสหสฺสํ ทฺวิสญฺจ
ตั้งแต่ชั้นดุสิต ถึงชั้นนิมมานรดี เป็นระยะทางไกลตั้ง ๑๑๓๕๒๐๐ โยชน์

นิมฺมานรติโต ยาว วสวตฺติโต จุทฺทสลกฺขานิ อฏฺฐนหุตานิ ปญฺจสหสฺสํฉสตญฺจ.
ตั้งแต่ชั้นนิมมานรดี ถึงชั้นปรนิมมิตวสวัสดีเป็นระยะทางตั้ง ๑๔๘๕๖๐๐ โยชน์

วสวตฺติโต ยาว ปฐมชฺฌานภูมิโต อฏฺฐารสลกฺขณานิ ตินหุตํ ฉสหสฺสญฺจ

ตั้งแต่ชั้นปรนิมมิตวสวัสดี ถึงชั้นปฐมฌาน คือถือชั้นพรหมปาริสัชชา เป็นระยะทาง ๑๘๓๖๐๐๐ โยชน์

มหากุศล ๘ นำสรรพสัตว์ไปเกิดในสวรรค์ ๖ ชั้นชั้นใดชั้นหนึ่ง มหา แปลว่า มาก กุศล แปลว่า บุญ ต่อ กันเข้าเป็นมหากุศล แปลว่า บุญหลายอย่าง เช่น ให้ทานฟังธรรม เรียนธรรม เจริญกรรมฐาน ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า สร้างโบสถ์ สร้างวิหาร สร้างศาลาการเปรียญ สร้างพระพุทธรูป สร้างโต๊ะหมู่บูชา สร้างโรงเรียน สร้างโรงพยาบาล สร้างกุฏิ ขุดบ่อน้ำ ตักบาตร บูชาด้วยดอกไม้ธูปเทียน ของหอม เครื่องอาภรณ์ และบูชาด้วยปัจจัย ๔ คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ ยาแก้โรคเป็นต้น จนไม่สามารถจะนับได้ เรียกมหากุศลทั้งนั้น

มหากุศลมี ๘ ประการ คือ

๑. *โสมนสฺสสหคตํ ญาณสมฺปยุตฺตํ อสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญมีความดีใจปรารถนานิพพาน ทำบุญเอง

๒. *โสมนสฺสสหคตํ ญาณสมฺปยุตฺตํ สสงฺขาริกํ.* เวลาทำบุญมีความดีใจปรารถนานิพพาน มีผู้ชักชวนจึงทำบุญ

๓. *อุเปกฺขาสหคตํ ญาณสมฺปยุตฺตํ อสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญมีใจเฉย ๆ ปรารถนานิพพาน ทำบุญเอง

๔. *อุเปกฺขาสหคตํ ญาณสมฺปยุตฺตํ สสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญมีใจเฉย ๆ ปรารถนานิพพาน มีผู้ชักชวนจึงทำบุญ

๕. *โสมนสฺสสหคตํ ญาณวิปฺปยุตฺตํ อสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญ มีความดีใจ ไม่ได้ปรารถนานิพพาน ทำบุญเอง

๖. *โสมนุสฺสสหคตํ ญาณวิปฺปยุตตํ สสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญมีความดีใจ ไม่ได้ปรารถนานิพพาน มีผู้ชักชวนจึงทำบุญ

๗. *อุเปกฺขาสหคตํ ญาณวิปฺปยุตฺตํ อสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญ มีใจเฉย ๆ ไม่ปรารถนานิพพาน ทำบุญเอง

๘. *อุปกฺขาสหคตํ ญาณวิปฺปยุตฺตํ สสงฺขาริกํ* เวลาทำบุญ มีใจเฉย ๆ ไม่ปรารถนานิพพาน มีผู้ชักชวนจึงทำบุญ

อธิบาย

๑. เวลาทำบุญ มีความดีใจ ปรารถนาให้ได้มรรคผลนิพพาน คิดทำบุญเอง ไม่มีใครมาชักชวนให้ทำผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ได้ผลดีมาก คือผลบุญนี้สามารถจะนำไปเกิดเป็นมนุษย์ได้ นำไปเกิดเป็นเทวดาก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์จะมั่งคั่งสมบูรณ์ ร่ำรวย ไม่อดไม่อยาก ไม่ทุกข์ ไม่ยาก และมีปัญญามาก หากออกเจริญสมถกรรมฐาน ก็จะได้บรรลุฌานมีปฐมฌานเป็นต้น หากออกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ก็จะได้บรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินั้น

๒. เวลาทำบุญมีความดีใจปรารถนาให้ได้มรรค ผลนิพพาน ไม่ได้คิดทำบุญเอง มีผู้มาชักชวนจึงทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ ได้ผลเป็นที่ ๒ คือสามารถจะไปบังเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ ไปบังเกิดเป็นเทวดาก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์จะร่ำรวยมั่งมีศรีสุข และมีปัญญามาก แต่เป็นที่ ๒ ยังมีคนที่เก่งกว่าฉลาดกว่า หากออกเจริญสมถกรรมฐาน ก็จะได้ฌานในชาตินั้น หากออกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ก็จะได้บรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินั้น

๓. เวลาทำบุญ มีใจเฉย ๆ ปรารถนานิพพานทำบุญเอง ปรารถนาให้ได้มรรคผลนิพพานคิดทำบุญเองไม่มีใครมาชักชวนให้ทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ได้ผลเป็นที่ ๓ สามารถจะนำไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ นำไปเกิดเป็นเทวดาก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์จะร่ำรวย มั่งคั่งสมบูรณ์ มั่งมีศรีสุข และจะมีสติปัญญาดี เป็นที่ ๓ ยังมีคนดีกว่า เก่งกว่า แหลมกว่า หากออกเจริญสมถกรรมฐาน จะได้ฌานหากออกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จะได้มรรคผลนิพพานในชาตินั้น

๔. เวลาทำบุญ มีใจเฉย ๆ ปรารถนานิพพานมีผู้ชักชวนจึงทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ได้ผลเป็นที่ ๔ สามารถนำไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ ไปเกิดเป็นเทวดาก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์จะร่ำรวย มั่งคั่งสมบูรณ์ และมีสติปัญญาดีเป็นที่ ๔ ถ้าออกเจริญสมถกรรมฐาน จะได้ฌาน ถ้าออกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จะได้มรรคผลนิพพานในชาตินั้น

มหากุศลทั้ง ๔ ดวงนี้ อยู่ในเกณฑ์ดีมากตามลำดับ ๆ กัน ถ้าจะทำบุญให้ได้อย่างนี้ดีมาก

๕. ในเวลาทำบุญ มีความดีใจ ไม่ปรารถนามรรคผลนิพพาน คิดทำบุญเอง ไม่มีใครมาชักชวนให้ทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ ขาดปัญญา ได้ผลเป็นที่ ๕ สามารถจะนำไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ ไปเกิดเป็นเทวดาก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์จะร่ำรวยมั่งมีศรีสุข แต่ขาดปัญญาคือไม่มีปัญญาที่จะได้ฌาน ได้มรรคผลนิพพาน หมายความว่า ถ้าออกเจริญสมถกรรมฐานก็จะไม่ได้ฌาน ถ้าออกเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ก็จะไม่ได้บรรลุมรรคผลนิพพานในชาตินั้น แต่จะเป็นปัจจัยให้ได้ฌาน ให้ได้มรรคผลนิพพานในชาติต่อไปได้

๖. เวลาทำบุญ มีความดีใจ ไม่ปรารถนามรรคผลนิพพาน มีผู้ชักชวนจึงทำบุญ ผู้ที่ทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ขาดปัญญาได้ผลเป็นที่ ๖ สามารถจะไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ ถ้าไปเกิดเป็นมนุษย์ก็จะร่ำรวย มั่งคั่งสมบูรณ์ มั่งมีศรีสุข แต่ขาดปัญญา คือไม่มีปัญญาที่จะได้ฌาน ได้มรรคผลนิพพานในชาตินั้น แต่จะเป็นปัจจัยให้ได้มรรคผลนิพพานหรือได้ฌานในชาติต่อ ๆ ไป

๗. ในเวลาทำบุญ มีใจเฉย ๆ ไม่ปรารถนานิพพานทำบุญเอง ไม่มีใครมาชักชวนให้ทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ได้ที่ ๗ ขาดปัญญา สามารถจะนำไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ไปเกิดเป็นเทวดาก็ได้ ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็จะร่ำรวย มั่งมีศรีสุข แต่ไม่มีปัญญาที่จะได้บรรลุฌาน มรรคผลนิพพานในชาตินั้น แต่จะเป็นปัจจัยให้ได้บรรลุฌาน มรรคผลนิพพานในชาติต่อ ๆ ไปได้

๘. เวลาทำบุญ มีใจเฉย ๆ ไม่ปรารถนานิพพานมีผู้ชักชวนจึงทำบุญ ผู้ที่ทำบุญเช่นนี้ ได้ผลเป็นที่ ๘ สามารถนำไปเกิดสวรรค์ เป็นเทวดาก็ได้ เป็นมนุษย์ก็ได้ ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็จะมั่งมีศรีสุขร่ำรวย ไม่อดไม่อยาก ไม่ทุกข์ไม่ยาก แต่ขาดปัญญาที่จะนำพาให้ได้ฌานมรรคผลนิพพานในชาตินั้น เป็นปัจจัยในภพต่อ ๆ ไปได้

มหากุศล ๔ ข้อข้างท้ายนี้ดีอยู่ เวลาทำบุญไม่ปรารถนาเอาปัญญา จึงทำให้ขาดปัญญาไป เมื่อขาดปัญญาก็ไม่สามารถจะบรรลุฌาณ มรรคผลนิพพานได้ในชาตินั้นแต่จะเป็นปัจจัยอำนวยผลให้ได้มรรคผลนิพพาน หรือได้ฌานในภพต่อ ๆ ไปได้อยู่

มหากุศลทั้ง ๘ ดวงนี้แหละ จะนำบุคคลไปเกิดเป็นมนุษย์หรือเทวดา เหตุดังนั้น ทางสายที่ ๕ นี้ จึงได้ชื่อว่า ทางไปสวรรค์ ซึ่งได้แก่มหากุศล ๘ ดังมีอรรถาธิบายที่ได้บรรยายมาฉะนี้

ส่วนตัวอย่างในเรื่องนี้ก็มีมาก เช่น มัฏฐกุณฑลีเทพบุตร ได้ยังใจให้เลื่อมใสในพระพุทธเจ้าตายแล้วได้ไปบังเกิดในสวรรค์ และติณบาลบุรุษ ได้ร่วมอนุโมทนาในกฐินของท่านเศรษฐี ตายแล้วได้ไปบังเกิดในสวรรค์, นันทิยมาณพได้สร้างศาลาถวายพระพุทธเจ้าตายแล้วก็ได้ไปบังเกิดในสวรรค์เช่นเดียวกัน ทั้งนี้ก็เพราะมหากุศลที่ตนได้ทำไว้เป็นปัจจัยโดยแท้

๖. **ทางไปพรหมโลก** ได้แก่สมถกรรมฐาน ฯ สมถกรรมฐานนั้น มีอารมณ์ ๔๐ แบ่งออกเป็น ๗ หมวด คือ กสิณ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตุววัตถาน ๑ ซึ่งมีความพิสดารได้เขียนไว้อีกเล่มหนึ่งต่างหาก โดยใช้ชื่อว่า "จิตตภาวนา" หรือ "ธรรมภาคปฏิบัติ" และอีกเล่มหนึ่ง ได้เขียนเป็นทำนองปุจฉาวิสัชนาให้ชื่อว่า "คำถาม–คำตอบ เรื่องวิปัสสนากรรมฐาน" ดังนั้นในเล่มนี้จะขอยกไว้ไม่นำมาแสดงไว้ในที่นี้อีก ท่านผู้ประสงค์จะทราบก็โปรดติดตามหาดูได้ในหนังสือดังที่กล่าวมาแล้วนั้น

สรุปความว่า ทั้ง ๗ หมวดรวมเป็น ๔๐ ข้อนี้ เป็นอารมณ์ของสมถกรรมฐาน ผู้ที่เจริญกรรมฐานเหล่านี้ข้อใด ข้อหนึ่ง เช่น ภาวนาว่า "เกสา โลมา นขา ทนฺตา ตโจ" เป็นต้นจนได้บรรลุฌานมีปฐมฌานเป็นต้น เมื่อตายแล้วจึงจะได้ไปเกิดในพรหมโลกชั้นใดชั้นหนึ่ง ตามสมควรแก่ฌานของตน ๆ ถ้าผู้ใดต้องการไปเกิดพรหมโลกก็ต้องเจริญสมถกรรมฐานจนได้ฌานก่อน จึงจะไปได้

ทางสายที่ ๑ ถึงสายที่ ๖ นี้มีอยู่ก่อนพระพุทธเจ้าเกิดขึ้นในโลกแล้ว ในพุทธศาสนาก็มี นอกพุทธศาสนาก็มี เช่น อาฬารดาบส อุทกดาบส ผู้เป็นอาจารย์ของพระพุทธเจ้าเป็นต้น ได้เคยเดินทางสายนี้มาแล้ว ๆ ผู้ที่เดินทางสายนี้ ถึงแม้ว่าจะปฏิบัติได้ดีจนได้บรรลุฌาน ได้บรรลุอภิญญาแล้วก็เสื่อมได้ เช่น พระเทวทัตเป็นตัวอย่างและถ้าหมดบุญแล้วก็ยังจะกลับมาสู่อบายภูมิได้ ดังตัวอย่างต่อไปนี้ คือ **แม่ไก่ฟังธรรม**

มีเรื่องเล่าไว้ว่า ในกาลแห่งพระพุทธเจ้าพระนามว่า กกุสันธะ แม่ไก่ตัวหนึ่ง อยู่ในที่ใกล้อาสนศาลา แม่ไก่ตัวนั้นได้ฟังเสียงประกาศธรรมของภิกษุผู้เป็นนักปฏิบัติธรรมรูปหนึ่ง กำลังสาธยายเรื่องวิปัสสนากรรมฐานอยู่ถูกเหยี่ยวตัวหนึ่งฆ่าตายจากชาตินั้นแล้ว ได้เกิดเป็นพระราชธิดานามว่า อุพพรี ได้ออกบวชในสำนักของปริพาชิกาทั้งหลาย วันหนึ่งนางได้เข้าไปสู่เว็จกุฏีทอดพระเนตรเห็น หมู่หนอนแล้ว ได้เจริญสมถกรรมฐานโดยเอาหนอนเป็นอารมณ์เรียกว่า ปุฬุวกสัญญา ได้บรรลุปฐมฌาน ตายจากชาตินั้นได้ไปเกิดในในพรหมโลก จุติจากพรหมโลกได้มาเกิดในตระกูลเศรษฐี ต่อมาไม่นานเท่าไร ก็ตายไปเกิดเป็นนางลูกสุกร ในกรุงราชคฤห์ ในกาลแห่งพระพุทธเจ้าของเรานี้

พระศาสดา ได้ทอดพระเนตรเห็นนางลูกสุกรนั้น จึงทรงแย้มพระโอษฐ์ พระอานนทเถระได้ทูลถาม พระพุทธองค์จึงได้ตรัสบอกข้อความนั้นทั้งหมด ภิกษุทั้งหลายมีพระอานนท์เป็นประมุขได้สดับเรื่องนั้นแล้ว ต่างก็พากันเกิดความสังเวชสลดใจเป็นอันมาก

พระศาสดา ทรงยังความสังเวชสลดใจให้เกิดขึ้นแก่ภิกษุเหล่านั้นแล้ว เมื่อจะทรงประกาศโทษแห่งราคะตัณหา ประทับยืนอยู่ในระหว่างถนนนั้นเอง ได้ทรงภาษิตพระคาถาเหล่านี้ว่า

ยถาปิ มูเลอนุปทฺทเว ทฬฺเห
ฉินฺโนปิ รุกฺโข ปุนเรว รูหติ
เอวมฺปิ ตณฺหานุสเย อนูหเต

นิพฺพตฺตติ ทุกฺขมิทํ ปุนปฺปุนํ ดังนี้เป็นต้นแปลเป็นใจความว่า ต้นไม้เมื่อราก ไม่มีอันตราย ยังมั่นคง ถึงจะถูกบุคคลตัดแล้วก็ยังงอกขึ้นได้อีกอยู่ แม้ฉันใดทุกข์นี้ก็ฉันนั้น คือ เมื่อตัณหานุสัยอันบุคคลยังขจัดไม่ได้แล้ว ย่อมเกิดขึ้นได้อยู่ร่ำไปเหมือนกันอย่างนั้นๆ

กระแสแห่งตัณหา ๓๖ อันไหลไปในอารมณ์เป็นที่พอใจ เป็นของกล้าย่อมมีแก่บุคคลใด ความดำริทั้งหลายอันใหญ่ อาศัยราคะ ย่อมนำบุคคลนั้นผู้มีทิฏฐิชั่วไป กระแสแห่งตัณหาทั้งหลายย่อมไหลไปในอารมณ์ทั้งปวง ตัณหาดุจเถาวัลย์แตกขึ้นแล้วตั้งอยู่ ก็ท่านทั้งหลายเห็นตัณหานั้นเป็นดังเถาวัลย์เกิดแล้วจงพากันตัดรากเสียด้วยปัญญาเถิดโสมนัสทั้งหลายที่ซ่านไปและเปื้อนตัณหาดุจยางเหนียวย่อมมีแก่สัตว์ สัตว์เหล่านั้นอาศัยความสำราญ จึงเป็นผู้แสวงหา ความสุข นรชนเหล่านั้นแล ย่อมเป็นผู้เข้าถึงความเกิดและความแก่ หมู่สัตว์ถูกตัณหาผู้ทำความดิ้นรนล้อมไว้แล้วย่อมกระเสือกกระสนเหมือนกระต่ายที่ถูกนายพรานดักได้แล้วฉะนั้น หมู่สัตว์ผู้ข้องอยู่ในสังโยชน์และกิเลสเป็นเครื่องข้อง ย่อมพากันเข้าถึงทุกข์อยู่บ่อย ๆ เป็นเวลาช้านาน หมู่สัตว์ถูกตัณหาผู้ทำความดิ้นรนล้อมไว้แล้ว ย่อมกระเสือกกระสนเหมือนกันกับกระต่ายที่นายพรานดักได้แล้วฉะนั้นเพราะเหตุนั้น ผู้เห็นภัยในวัฏฏสงสาร หวังธรรมเป็นที่สำรอกกิเลสแก่ตน พึงบรรเทา พึงกำจัด พึงนำออก พึงทิ้งพึงละตัณหาผู้กระทำความดิ้นรนนั้นเสียด้วยญาณมีโสดาปัตติมัคคญาณเป็นต้น ดังนี้.

ฝ่ายนางลูกสุกรตัวนั้น ตายจากชาตินั้น ได้ไปเกิดในราชตระกูล ในสุวรรณภูมิ ตายจากนั้นเกิดในกรุงพาราณสี ตายจากนั้นเกิดในเรือนพ่อค้าม้าที่ท่าสุปปารกะตายจากนั้นเกิดในเรือนของนายเรือ ที่ท่าคาวิระ ตายจากนั้นเกิดในเรือนของอิสรชน ในเมืองอนุราธบุรี ตายจากนั้นเกิดเป็นธิดาในเรือนของกุฎุมพีชื่อสุมนะ ในเภกกันตคาม ในทิศทักษิณของเมืองนั้น มีชื่อว่า สุมนา ตามชื่อของกุฎุมพี ต่อมาบิดาของนางได้พาย้ายไปสู่แคว้นทีฆวาปีอยู่ในบ้านชื่อมหามุนีคามฯ อำมาตย์ของพระเจ้าทุฏฐคามณีนามว่า ลกุณฏกะอติมพระ ไปที่บ้านนั้นด้วยกรณียกิจบางอย่าง เห็นนางแล้วทำการมงคลอย่างใหญ่ ได้พานางไปสู่บ้านมหาปุณณคาม

ครั้งนั้น พระมหาอตุลเถระผู้อยู่ในมหาวิหารชื่อโกฏิบรรพต เที่ยวไปบิณฑบาต ในบ้านนั้น ยืนอยู่ที่ประตูเรือนของนาง เห็นนางแล้วจึงกล่าวกับภิกษุทั้งหลายว่า ผู้มีอายุทั้งหลาย นางลูกสุกรถึงความเป็นภรรยาของมหาอำมาตย์ชื่อ ลกุณฏกะอติมพระแล้ว โอ น่าอัศจรรย์จริงนางฟังคำนั้นแล้วเพิกภพในอดีตขึ้นได้กลับระลึกชาติได้ ในขณะนั้น นางได้มีความสังเวชสลดใจเกิดขึ้น อ้อนวอนสามีบวชในสำนักพระเถรีผู้ประกอบด้วยพละ ๕ ด้วยอิสริยยศอย่างใหญ่ ได้ฟังกถาพรรณนามหาสติปัฏฐานสูตร ในติสสมหาวิหาร ได้สำเร็จโสดาปัตติผล ฯ

ภายหลังเมื่อพระเจ้าทุฏฐคามณี ทรงปราบทมิฬได้แล้ว พระนางสุมนาเถรี ไปสู่บ้านเภกกันตคาม ซึ่งเป็นที่อยู่ของมารดาบิดา อยู่ในบ้านนั้น ได้ฟังอาสีวิสูปมสูตรในกัลลกมหาวิหาร บรรลุพระอรหัตต์แล้ว

ในวันปรินิพพาน นางอันพวกภิกษุณีซักถามแล้วได้เล่าประวัติทั้งหมดนี้อย่างละเอียด แก่ภิกษุณีสงฆ์ แล้วสนทนากับพระมหาติสสเถระ ผู้กล่าวบทแห่งธรรม ผู้มีปกติอยู่ในมณฑลาราม ณ ท่ามกลางภิกษุสงฆ์ผู้ประชุมกันแล้ว กล่าวว่า

ในกาลก่อน ข้าพเจ้าตายจากมนุษย์แล้วเกิดเป็นแม่ไก่ ถูกเหยี่ยวตัดศีรษะในอัตภาพนั้นได้ไปเกิดในกรุงราคฤห์ แล้วออกบวชในสำนักของปริพาชิกาทั้งหลายเจริญสมถกรรมฐาน ได้บรรลุปฐมฌาณ ตายแล้วได้ไปบังเกิดในพรหมโลก จุติจากนั้นได้มาเกิดในตระกูลเศรษฐีตายจากนั้นได้ไปเกิดเป็นสุกร ตายจากนั้นไปสู่สุวรรณภูมิตายจากนั้นไปเกิดเมืองพาราณสี ตายจากนั้นไปเกิดท่าสุปปารกะ ตายจากนั้นไปเกิดท่าคาวิระ ตายจากนั้นไปเกิดเมืองอนุราธบุรี ตายจากนั้นไปเกิดบ้านเภกกันตคาม ข้าพเจ้าได้เกิดถึง ๑๓ อัตภาพอันสูง ๆ ต่ำ ๆ อย่างนี้ ด้วยประการฉะนี้

บัดนี้ ข้าพเจ้าได้เกิดในอัตตาภาพอันอุกกษฏ์แล้ว *"สพฺเพปิ อปฺปมาเทน สมฺปาเทถ"* ขอให้ท่านทั้งหลายแม้ทั้งหมด จงยังธรรมที่เป็นกุศลทั้งหลายให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเกิด (ท่านทั้งหลายแม้ทั้งหมด จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด) ดังนี้ ได้ยังบริษัท ๔ ให้สังเวชสลดใจ แล้วก็ปรินิพพาน

ตามตัวอย่างนี้ พอชี้ให้เห็นได้เด่นชัดแล้วว่า ผู้ที่เจริญสมถกรรมฐานจนได้ฌาน แล้ว ยังกลับไปเกิดในอบายภูมิได้อีก ทั้งนี้ก็เป็นเพราะกิเลสยังมีอยู่ การเจริญสมถกรรมฐานจนได้ฌานนั้น เป็นเพียงข่มกิเลสไว้ชั่วคราวเท่านั้น ยังละกิเลสไม่ได้โดยเด็ดขาด จึงจำเป็นต้องกลับมาสู่อบายภูมิได้อีก ดังหลักฐานในวิภังอบาลีรับรองความข้อนี้ไว้ว่า

อุกฺขิตฺตา ปุญฺญเตเชน กามรูปคติ คตา
ภวคฺคมฺปิ จ สมฺปตฺตา ปุน คจฺฉนฺติ ทุคฺคตึ.

ด้วยอำนาจแห่งบุญที่ตนได้กระทำไว้แล้ว สัตว์ทั้งหลายจึงได้ไปเกิดในพรหมโลก ถึงภวัคคพรหมแล้วก็ยังกลับมาสู่ทุคติได้อีก ดังนี้.

เพราะฉะนั้น ขอสาธุชนทั้งหลาย จงอย่าพากันประมาทและนอนใจอยู่ เพียงแต่เดินทางสายที่ ๔–๕–๖ ก็ยังไม่สามารถจะพาเราพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ได้ ยังไม่พ้นไปจากอบายภูมิได้อย่างแน่นอน เผลอเมื่อใด พลาดเมื่อใด ประมาทเมื่อใด หมดบุญเมื่อใด เราก็จะต้องย้อนกลับมาสู่อบายได้อีก ดังตัวอย่างที่ได้เล่าให้ฟังมาแล้วนั้นเป็นพยาน เรายังรู้สึกว่ามีประตูอบายเปิดคอยไว้ทุกเมื่อในเมื่อเราประมาทขาดสติ เพราะเราปิดประตูอบายยังไม่ได้จงพากันรีบถ่อรีบพายตะวันจะสาย ตลาดจะวาย สายบัวจะเน่า ถ้าจะถ่อ จะพาย ก็จงรีบพากันแก้โซ่เสียแต่บัดนี้ถ้าโซ่ไม่แก้ กุญแจไม่ไข เราก็พายเรือไปไม่ได้เป็นแน่ๆ จงพายไปเถิด ถ่อไปเถิด พายไป ถ่อไปซึ่งสำเภาทองลำนี้จนกว่าจะถึงพระนิพพาน จะได้มีความสุขสำราญอย่างยอดเยี่ยม สมกับพระบาลีว่า

นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ

พระนิพพานเป็นสุขอย่างยอด

คือเป็นยอดสุข

คำว่า **"ยอด"** นั้น มีอยู่ ๗ คือ–

๑. ยอดโลก ได้แก่ความหิว ชิฆจฺฉา ปรมาโรคา ความหิวเป็นโรคอย่างยอด

๒. **ยอดลาภ** ได้แก่ความไม่มีโรค อาโรคฺยา ปรมา ลาภา ความไม่มีโรคเป็นยอดลาภ

๓. **ยอดทรัพย์** ได้แก่ความสันโดษ คือรู้จักพอ สนฺตุฏฺฐิ ปรมํ ธนํ ความสันโดษเป็นยอดทรัพย์

๔. **ยอดญาติ** ได้แก่ความคุ้นเคย *วิสฺสาสา ปรมา ญาติ* ความคุ้นเคยเป็นญาติอย่างยอด

๕. **ยอดทุกข์** ได้แก่รูปนาม *สงฺขารา ปรมา ทุกฺขา* สังขารคือรูปกับนามเป็นทุกข์อย่างยอด

๖. **ยอดสุข** ได้แก่พระนิพพาน *นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ* พระนิพฺพานเป็นสุขอย่างยอด

๗. **ยอดคน** ได้แก่ คนไม่มีสัทธา คนอกตัญญู คนตัดที่ต่อ คนหมดโอกาส คนสิ้นหวัง นี้แหละคือยอดคนสมดังพระบาลีในพระไตรปิฎกรับรองไว้ว่า

อสฺสทฺโธ อกตญฺญู จ สนฺธิจฺเฉโทจโยนโร
หตาวอาโส วนฺตาโส ส เว อุตฺมโปริโส ฯ

แปลว่า

บุคคลผู้ไม่เชื่อคุณธรรมที่ตนแทงตลอดแล้วด้วยถ้อยคำของคนเหล่าอื่น ๑ บุคคลผู้รู้พระนิพพานอันปัจจัยอะไร ๆ ปรุงแต่งไม่ได้แล้ว ๑ บุคคลผู้ตัดที่ต่อ คือวัฏฏสงสารได้แล้ว ๑ บุคคลผู้ไม่มีโอกาสที่จะกลับมาเกิดอีก ๑ บุคคลผู้ที่สิ้นหวังคือหมดอยาก ได้แก่สิ้นตัณหา ๑ นั้นแลชื่อว่าเป็นยอดคน ดังนี้

๗. **ทางไปนิพพาน** ได้แก่วิปัสสนากรรมฐาน

คำว่า "**นิพพาน**" แปลว่า ดับกิเลส ฯ กิเลสที่นิพพานจะดับนั้น มีอยู่ ๑๒ คือ โลภะ ๘ โทสะ ๒ โมหะ ๒

ถึงนิพพานครั้งที่ ๑ ละกิเลสได้ ๕ คือ โลภะ ๔ โมหะ ๑
,, ๒ ทำกิเลสที่เหลือ ๗ **นั้น** ให้เบาบางลง
,, ๓ ละโทสะได้ ๒
,, ๔ ละกิเลสได้อีก ๔ คือโลภะ ๔ กับโมหะ ๑

คน-คน-คน

เกิดเป็นคน คนให้ทั่ว
ปากไม่ล้น ก้นไม่รั่ว
ชั่วไม่เอา เมาไม่มี
นี้คือคน

คำนำ

กมฺมํ วิชฺชา จ ธมฺโม จ　　สีลํ ชีวิตมุตฺตมํ
เอเตน มจฺจา สุชฺฌนฺติ　　น โคตฺเตน ธเนน วา.

คนทั้งหลายจะบริสุทธิ์ได้เพราะ กรรม ๑ วิชชา ๑ ธรรมะ ๑ ศีล ๑ อุดม ชีวิตคือความเป็นอยู่ชอบ ๑ มิใช่บริสุทธิ์ได้เพราะโคตรหรือเพราะทรัพย์เลย

คณะกรรมการวิปัสสนาสารได้พิจารณาเห็นว่า หนังสือ "ทำวัตร–สวดมนต์แปล ฉบับวัดมหาธาตุ" นี้ เป็นหนังสือที่เต็มไปด้วยเนื้อหาสาระและมีประโยชน์เป็นอย่างมาก เหมาะแก่พุทธศาสนิกชนทุก ๆ ระดับชั้น โดยเฉพาะอุบาสกอุบาสิกา ผู้ที่มีพื้นฐานความรู้ทางภาษาบาลีน้อย ไม่สามารถที่จะเข้าใจความหมายและเนื้อหาธรรมะในแต่ละสูตรได้ เพราะแต่ละสูตรปรากฏเป็นภาษาบาลีทั้งนั้น จึงยากที่จะเข้าใจได้อย่างถ่องแท้ แต่เมื่อได้อ่านหนังสือเล่มนี้แล้วจะทำให้เข้าใจในความหมายและเนื้อหาธรรมะในแต่ละสูตรได้เป็นอย่างดี ดังนั้น คณะกรรมการวิปัสสนาสาร จึงได้ขออนุมัติจากทางวัดมหาธาตุ ผู้เป็นเจ้าของต้นฉบับหนังสือนี้ เพื่อจัดพิมพ์ออกเผยแพร่แก่พุทธศาสนิกชนทั่ว ๆ ไป และก็ได้รับอนุมัติจากทางวัดมหาธาตุให้ดำเนินการจัดพิมพ์ออกเผยแพร่ได้ตามความประสงค์

ความจริงหนังสือ ทำวัตร–สวดมนต์แปลฉบับวัดมหาธาตุเล่มนี้ ได้รับการตีพิมพ์เนื่องในงานพระราชทานเพลิงศพ "พระธรรมปัญญาบดี" อดีตเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุ มาแล้วครั้งหนึ่ง แต่ปรากฏว่าพิมพ์ในจำนวนจำกัด ไม่เพียงพอแก่ความต้องการของพุทธศาสนิกชน จึงมีท่านที่มีความสนใจมาสอบถามที่สำนักงานกลางกองการวิปัสสนาธุระอยู่เนืองนิตย์ เพื่อสนองตอบต่อความต้องการของพุทธศาสนิกชนดังกล่าวมานั้น คณะกรรมการวิปัสสนาสารจึงได้ขออนุมัติพิมพ์ออกเผยแพร่อีกครั้งหนึ่ง

หวังว่าหนังสือเล่มนี้จักเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาธรรมะของพุทธศาสนิกชนทั่ว ๆ ไปได้เป็นอย่างนี้ คณะกรรมการวิปัสสนาสารขอขอบคุณทางวัดมหาธาตุ ที่ได้อนุมัติให้จัดพิมพ์ออกเผยแพร่ได้และขอขอบคุณคณะพระมหาเปรียญวัดมหาธาตุ ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีมาจนกระทั่งมีความรู้ความสามารถแปลภาษาบาลีออกมาเป็นภาษาไทย เพื่อถ่ายทอดธรรมะให้ผู้ที่ไม่รู้ได้รู้ ผู้ที่ไม่เข้าใจให้เข้าใจได้ดี โดยเฉพาะพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระเทพสิทธิมุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ ป.ธ. ๙) พระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ที่ได้ช่วยตรวจต้นฉบับแปลแต่ละฉบับให้มีสำนวนเข้ากันได้ ถูกต้องตามความหมายและหลักภาษาทุก ๆ ประการ ร่วมกับนายสิริ เพ็ชรไชย ป.ธ. ๙ ผู้อำนวยการกองศาสนศึกษา กรมการศาสนามา ณ ที่นี้ด้วย

คณะกรรมการวิปัสสนาสาร

๕ มิถุนายน ๒๕๒๔

ทำวัตรเช้า, ทำวัตรเย็น–แปลไทย

๑. ทำวัตรเช้า–แปลไทย

คำบูชาพระรัตนตรัย

โย โส ภควา อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ – พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ความจริงด้วยพระองค์เอง โดยชอบ พระองค์นั้นใด

อิเมหิ สกฺกาเรหิ, ตํ ภควนฺตํ อภิปูชยามิ. – ข้าพเจ้าขอบูชา, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น ด้วยเครื่องสักการะเหล่านี้

โย โส สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม – พระโลกุตตรธรรม อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้วนั้นใด

อิเมหิ สกฺกาเรหิ, ตํ ธมฺมํ อภิปูชยามิ – ข้าพเจ้าขอบูชา, ซึ่งพระโลกุตตรธรรมนั้นด้วยเครื่องสักการะเหล่านี้

โย โส สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ – พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้ปฏิบัติดีแล้วนั้นใด

อิเมหิ สกฺกาเรหิ, ตํ สํฆํ อภิปูชยามิ – ข้าพเจ้าขอบูชา, ซึ่งพระสงฆ์สาวกนั้น ด้วยเครื่องสักการะเหล่านี้

คำไหว้พระรัตนตรัย

อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ ภควา – พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ความจริงด้วยพระองค์เอง โดยชอบ

พุทฺธํ ภควนฺตํ อภิวาเทมิ. – ข้าพเจ้าขอกราบไหว้, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ตรัสรู้ความจริงด้วยพระองค์เองโดยชอบ

สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม — พระโลกุตตรธรรม อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว

ธมฺมํ นมสฺสามิ. ข้าพเจ้าขอนมัสการ ซึ่งพระโลกุตตรธรรม

สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ — พระสงฆ์ สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว

สํฆํ นมามิ. ข้าพเจ้าขอนอบน้อม ซึ่งพระสงฆ์สาวก

คำนมัสการพระพุทธเจ้า

หัวหน้านำว่า—หนฺท มยํ พุทฺธสฺส ภควโต ปุพฺพภาคนมการํ กโรม เส.

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส — ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้เป็นพระอรหันต์ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ความจริงด้วยพระองค์เองโดยชอบ พระองค์นั้น

[ว่า ๓ หน]

๑. คำสรรเสริญพระพุทธคุณ

หัวหน้านำว่า—หนฺท มยํ พุทฺธาภิถุตึ กโรม เส.

โย โส ตถาคโต อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ — พระตถาคตเจ้าพระองค์นั้นใด, เป็นพระอรหันต์ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ความจริงด้วยพระองค์เองโดยชอบ

วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน สุคโต โลกวิทู — ทรงสมบูรณ์ด้วยวิชชาและจรณะ, เสด็จไปด้วยดีทรงรู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺสานํ พุทฺโธ ภควา — ทรงเป็นสารถี ฝึกบุรุษที่ควรฝึกอย่างยอดเยี่ยม, ทรงเป็นครูสอนเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย, ทรงเป็นผู้เบิกบานทรงเป็นผู้จำแนกแจกพระธรรม

โย อิมํ โลกํ สเทวกํ สมารกํ สพฺรหฺมกํ, สสฺสมณพฺราหฺมณึ ปชํ สเทวมนุสฺสํ สยํ อภิญฺญา สจฺฉิกตฺวา ปเวเทสิ.

– พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด, ทรงทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานด้วยพระปัญญา อันยิ่งเองแล้ว, ทรงสอนชาวโลกนี้พร้อมทั้งเทวดา มาร พรหม และหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณะและพราหมณ์, พร้อมทั้งเทวดา และมนุษย์ ให้รู้ตาม

โย ธมฺมํ เทเสสิ อาทิกลฺยาณํ มชฺเฌกลฺยาณํ, ปริโยสานกลฺยาณํ, สาตฺถํ สพฺยญฺชนํ เกวลปริปุณฺณํ ปริสุทฺธํ พฺรหฺมจริยํ ปกาเสสิ.

– พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด, ทรงแสดงพระธรรมไพเราะในเบื้องต้น ไพเราะในท่ามกลาง ไพเราะในที่สุด, ทรงประกาศพรหมจรรย์พร้อมทั้งอรรถะพร้อมทั้งพยัญชนะบริสุทธิ์บริบูรณ์สิ้นเชิง

ตมหํ ภควนฺตํ อภิปูชยามิ ตมหํ ภควนฺตํ สิรสา นมามิ.

– ข้าพเจ้าขอบูชา, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น. ข้าพเจ้าขอนอบน้อมด้วยเศียรเกล้า, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

(กราบพร้อมกัน)

คำสรรเสริญพระธรรมคุณ

หัวหน้านำว่า หนฺท มยํ ธมฺมาภิถุตึ กโรม เส.

โย โส สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม

– พระโลกุตตรธรรมนั้นใด, อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว

สนฺทิฏฺฐิโก อกาลิโก เอหิปสฺสิโก

-- เป็นสิ่งอันผู้ปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเองเป็นสิ่งที่ไม่จำกัดกาลเวลา, เป็นสิ่งที่อวดอ้างได้ว่ามาดูเถิด

โอปนยิโก ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหิ	– เป็นสิ่งที่น้อมนำเข้ามาไว้ในใจ,เป็นสิ่งอันผู้รู้ทั้งหลายจะพึงรู้ได้เฉพาะตน
ตมหํ ธมฺมํ อภิปูชยามิ ตมหํ ธมฺมํ สิรสา นมามิ.	– ข้าพเจ้าขอบูชา ซึ่งพระโลกุตตรธรรมนั้น, ข้าพเจ้าขอนอบน้อมด้วยเศียรเกล้า ซึ่งพระโลกุตตรธรรมนั้น

(กราบพร้อมกัน)

คำสรรเสริญพระสังฆคุณ

หัวหน้านำว่า หนฺท มยํ สํฆาภิถุตึ กโรม เส.

โย โส สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นใด, เป็นผู้ปฏิบัติดี
อุชุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้ปฏิบัติตรง
ญายปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อนิพพาน
สามีจิปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นผู้ปฏิบัติสมควร
ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสยุคานิ อฏฺฐ ปุริสปุคฺคลา	– ได้แก่บุคคลเหล่านี้ คือ, คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ บุรุษบุคคล ๘ จำพวก
เอส ภควโต สาวกสํโฆ	– นี้คือพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระ-ภาคเจ้า
อาหุเนยฺโย ปาหุเนยฺโย ทกฺขิเณยฺโย อญฺชลิกรณีโย	– เป็นผู้ควรแก่ของบูชา, เป็นผู้ควรแก่ของต้อนรับแขก, เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ, เป็นผู้ควรแก่การกราบไหว้

อนุตฺตรํ ปุญฺญกฺเขตฺตํ โลกสฺส – เป็นนาบุญอันประเสริฐของชาวโลก

ตมหํ สํฆํ อภิปูชยามิ – ข้าพเจ้าขอบูชา ซึ่งพระสงฆ์นั้น,

ตมหํ สํฆํ สิรสา นมามิ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมด้วยเศียรเกล้า ซึ่งพระสงฆ์นั้น

(กราบพร้อมกัน)

คำนอบน้อมพระรัตนตรัยและคำประกาศความสังเวช

หัวหน้านำว่า หนฺท มยํ รตนตฺตยปฺปณามคาถาโย เจว สํเวคปริกิตฺตนปาฐญฺจ ภณาม เส.

พุทฺโธ สุสุทฺโธ กรุณามหณฺณโว, โยจฺจนฺตสุทฺธพฺพรญาณโลจโน – พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ทรงเป็นผู้บริสุทธิ์ดีแล้ว, ทรงมีพระมหากรุณาไม่สิ้นสุดดุจห้วงน้ำใหญ่, ทรงมีพระจักษุคือพระญาณอันประเสริฐบริสุทธิ์โดยส่วนเดียว

โลกสฺส ปาปูปกิเลสฆาตโก – ทรงทำลายบาปและอุปกิเลสเครื่องเศร้าหมองของชาวโลก

วนฺทามิ พุทฺธํ อหมาทเรน ตํ – ข้าพเจ้าขอไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้นด้วยความเอื้อเฟื้อ

ธมฺโม ปทีโป วิย ตสฺส สตฺถุโน – พระโลกุตตรธรรมของพระบรมศาสดาพระองค์นั้น, สว่างรุ่งเรืองเปรียบเหมือนดวงประทีป

โย มคฺคปากามตเภทภินฺนโก, โลกุตฺตโร โย จ ตทตฺถทีปโน – พระธรรมอันใดเป็นโลกุตตรธรรมต่างกันโดยประเภท คือ มรรค, ผลและนิพพานอนึ่ง พระธรรมใดอันส่องถึงเนื้อความของโลกุตตรธรรมนั้น

วนฺทามิ ธมฺมํ อหมาทเรน ตํ	– ข้าพเจ้าขอไหว้พระธรรมนั้น ด้วยความเอื้อเฟื้อ
สํโฆ สุเขตฺตาภฺยติเขตฺตสญฺญิโต, โย ทิฏฺฐสนฺโต สุคตานุโพธโก	– พระสงฆ์หมู่ใด ที่ปรากฏเป็นนาบุญที่ดี เป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่, เห็นประจักษ์พระนิพพาน ตรัสรู้ตามพระสุคตเจ้า
โลลปฺปหิโน อริโย สุเมธโส	– ละกิเลสอันโลเลแล้ว เป็นพระอริยเจ้า เป็นผู้มีปัญญาดี
วนฺทามิ สํฆํ อหมาทเรน ตํ	– ข้าพเจ้าขอไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น ด้วยความเอื้อเฟื้อ
อิจฺเจวเมกนฺตภิปูชเนยฺยกํ, วตฺถุตฺตยํ วนฺทยตาภิสงฺขตํ, ปุญฺญํ มยา ยํ มม สพฺพุปทฺทวา, มา โหนฺตุ เว ตสฺส ปภาวสิทฺธิยา.	– บุญอันใดที่ข้าพเจ้าได้กระทำแล้ว, โดยไหว้พระรัตนตรัย อันควรแก่การบูชาอย่างยิ่ง โดยส่วนเดียวเช่นนี้, ด้วยความสำเร็จผลที่เกิดจากบุญอันนั้น, ขออันตรายทั้งปวงจงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย
อิธ ตถาคโต โลเก อุปฺปนฺโน อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ	– พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงบังเกิดขึ้นแล้วในโลกนี้
ธมฺโม จ เทสิโต นิยฺยานิโก อุปสมิโก ปรินิพฺพานิโก สมฺโพธคามี สุคตปฺปเวทิโต	– อนึ่ง พระธรรมอันพระตถาคตเจ้าทรงแสดงแล้ว, เป็นไปเพื่อนำออกจากทุกข์, เป็นไปเพื่อความสงบ, เป็นไปเพื่อปรินิพพาน ให้ถึงซึ่งความตรัสรู้, อันพระสุคตเจ้าทรงประกาศแล้ว
มยนฺตํ ธมฺมํ สุตฺวา เอวํ ชานาม.	– เราทั้งหลายได้ฟังพระธรรมนั้นแล้วจึงรู้อย่างนี้ว่า

ชาติปิ ทุกฺขา	แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์
ชราปิ ทุกฺขา	แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์
มรณมฺปิ ทุกฺขํ	แม้ความตายก็เป็นทุกข์
โสกปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสาปิ ทุกฺขา	– แม้ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจก็เป็นทุกข์
อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ.	– ความประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์, ความพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักเป็นทุกข์, เมื่อปรารถนาแล้วไม่ได้แม้อันใด แม้อันนั้นก็เป็นทุกข์
สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา เสยฺยถีทํ	– โดยย่ออุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ
รูปูปาทานกฺขนฺโธ	– อุปาทานขันธ์คือรูป
เวทนูปาทานกฺขนฺโธ	อุปาทานขันธ์คือเวทนา
สญฺญูปาทานกฺขนฺโธ	อุปาทานขันธ์คือสัญญา
สงฺขารูปาทานกฺขนฺโธ	อุปาทานขันธ์คือสังขาร
วิญฺญาณูปาทานกฺขนฺโธ	อุปาทานขันธ์คือวิญญาณ
เยสํ ปริญฺญาย, ธรมาโน โส ภควา, เอวํ พหุลํ สาวเก วิเนติ	พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น เมื่อทรงพระชนม์อยู่, ทรงแนะนำพระสาวกทั้งหลาย, เพื่อให้กำหนดรู้อุปาทานขันธ์ ๕ นั้นอย่างนี้เป็นอันมาก
เอวํภาคา จ ปนสฺส ภควโต สาวเกสุ อนุสาสนี, พหุลา ปวตฺตติ	– อนึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น, เป็นไปในพระสาวกทั้งหลายมีส่วนอย่างนี้โดยมากคือ

รูปํ อนิจฺจํ	รูปไม่เที่ยง
เวทนา อนิจฺจา	เวทนาไม่เที่ยง
สญฺญา อนิจฺจา	สัญญาไม่เที่ยง
สงฺขารา อนิจฺจา	สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง
วิญฺญาณํ อนิจฺจํ	วิญญาณไม่เที่ยง
รูปํ อนตฺตา	รูปไม่ใช่ตน
เวทนา อนตฺตา	เวทนาไม่ใช่ตน
สญฺญา อนตฺตา	สัญญาไม่ใช่ตน
สงฺขารา อนตฺตา	สังขารทั้งหลายไม่ใช่ตน
วิญฺญาณํ อนตฺตา	วิญญาณไม่ใช่ตน
สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา	สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง
สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตาติ	ธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตน ดังนี้
เต / ตา } มยํ	พวกเราทั้งหลาย
โอติณฺณามฺห ชาติยา ชรามรเณน, โสเกหิ ปริเทเวหิ ทุกฺเขหิ โทมนสฺเสหิ อุปายาเสหิ	– เป็นผู้ถูกความเกิด ความแก่ ความตาย ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความทุกข์กายความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย ครอบงำแล้ว
ทุกฺโขติณฺณา ทุกฺขปเรตา	– ชื่อว่าเป็นผู้มีทุกข์ครอบงำแล้วเป็นผู้มีทุกข์เป็นเบื้องหน้า
อปฺเปวนามิมสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส อนฺตกิริยา ปญฺญาเยถาติ	– ทำไฉน การทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้จะพึงปรากฏชัด

จิรปรินิพฺพุตมฺปิ ตํ ภควนฺตํ สรณํ คตา	– เราทั้งหลายถึงแล้ว ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น, แม้เสด็จปรินิพพานไปนานแล้ว เป็นที่พึ่ง
ธมฺมญฺจ ภิกฺขุสํฆญฺจ	– ซึ่งพระธรรมด้วย ซึ่งพระภิกษุสงฆ์ด้วย
ตสฺส ภควโต สาสนํ ยถาสติ ยถาพลํ มนสิกโรม, อนุปฏิปชฺชาม	ใส่ใจปฏิบัติตามอยู่ซึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นตามสติกำลัง
สา สา โน ปฏิปตฺติ อิมสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส อนฺตกิริยาย สํวตฺตตู–ติ	– ขอความปฏิบัตินั้น ๆ ของเราทั้งหลาย จงเป็นไปเพื่อทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ ด้วยเทอญ

สำหรับพระภิกษุสามเณร เมื่อสวดมาถึงบทว่า **ปญฺญาเยถาติ** แล้วพึงเปลี่ยนสวดดังนี้

จิรปรินิพฺพุตมฺปิ ตํ ภควนฺตํ อุทฺทิสฺส อรหนฺตํ สมฺมาสมฺพุทฺธํ	– เราทั้งหลายอุทิศ ต่อพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น, แม้เสด็จปรินิพพานไปนานแล้ว
สทฺธา อคารสฺมา อนคาริยํ ปพฺพชิตา	– เป็นผู้มีศรัทธา ออกจากเรือนบวชไม่มีเรือนแล้ว
ตสฺมึ ภควติ พฺรหฺมจริยํ จราม	– ประพฤติพรหมจรรย์ ในพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ภิกฺขูนํ สิกฺขาสาชีวสมาปนฺนา	– ถึงพร้อมแล้วด้วยสิกขาสาชีพของภิกษุทั้งหลาย
ตํ โน พฺรหฺมจริยํ อิมสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส อนฺตกิริยาย สํวตฺตตุ–ติ	– ขอการประพฤติพรหมจรรย์ของเราทั้งหลายนั้น, จงเป็นไปเพื่อทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ ด้วยเทอญ.

จบทำวัตรเช้า

๒. ทำวัตรเย็นแปลไทย

คำบูชาพระ, คำไหว้พระ, และคำนมัสการพระ เหมือนทำวัตรเช้า

คำระลึกถึงพระพุทธคุณ

หัวหน้านำว่า—หนฺท มยํ พุทฺธานุสฺสตินยํ กโรม เส.

ตํ โข ปน ภควนฺตํ เอวํ กลฺยาโณ กิตฺติสทฺโท อพฺภุคฺคโต — ก็แหละเสียงสรรเสริญของพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นแล, ฟุ้งเฟื่องขจรไปดังนี้ว่า

อิติปิ โส ภควา อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ — แม้เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น, เป็นพระอรหันต์ ไกลจากกิเลส, ตรัสรู้ความจริงด้วยพระองค์เองโดยชอบ

วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน สุคโต โลกวิทู — ทรงสมบูรณ์ด้วยวิชชาและจรณะ,เสด็จไปด้วยดี, ทรงรู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺสานํ พุทฺโธ ภควา-ติ — ทรงเป็นสารถี ฝึกบุรุษที่ควรฝึก อย่างยอดเยี่ยม, ทรงเป็นครูสอนเทวดาและมนุษย์ทั้ง-หลาย ทรงเป็นผู้เบิกบาน ทรงเป็นผู้จำแนกแจกพระธรรมฉะนี้

(หยุดระลึกถึงพระพุทธคุณหน่อยหนึ่ง)

คำสวดสรรเสริญพระพุทธเจ้า

หัวหน้านำว่า—หนฺท มยํ พุทฺธาภิคีตึ กโรม เส.

พุทฺธวารหนฺตวรตาทิคุณาภิยุตฺโต — พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ประกอบด้วยพระคุณ, มีความเป็นพระอรหันต์อันประเสริฐเป็นต้น

สุทฺธาภิ ญาณกรุณาหิ สมาคตตฺโต — มีพระองค์บริบูรณ์แล้วด้วยพระญาณและพระมหากรุณาทั้งหลายอันบริสุทธิ์

โพเธสิ โย สุชนตํ กมลํ ว สูโร	– พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ทรงโปรดประชุมชนที่ดีให้เบิกบาน, ดุจดังดวงพระอาทิตย์ทำดอกบัวให้บาน ฉะนั้น
วนฺทามหํ ตมรณํ สิรสา ชิเนนฺทํ	– ข้าพเจ้าขอไหว้ซึ่งพระพุทธเจ้าพระองค์นั้นผู้ไม่มีกิเลสเครื่องรบกวน, ผู้เป็นจอมชนะ ด้วยเศียรเกล้า
พุทฺโธ โย สพฺพปาณีนํ สรณํ เขมมุตฺตมํ	– พระพุทธเจ้าพระองค์ใด, ทรงเป็นที่พึ่งอันเกษมสูงสุดของสรรพสัตว์ทั้งหลาย
ปฐมานุสฺสติฏฺฐานํ วนฺทามิ ตํ สิเรนหํ	– ข้าพเจ้าขอไหว้ซึ่งพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้เป็นฐานแห่งอนุสสติที่หนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า
พุทฺธสฺสาหสฺมิ ทาโสว / ทาสีว	– ข้าพเจ้าเป็น ทาส / ทาสี ของ
พุทฺโธ เม สามิกิสฺสโร	พระพุทธเจ้านั้นเทียว, และพระพุทธเจ้าเป็นเจ้าใหญ่ของข้าพเจ้า
พุทฺโธ ทุกฺขสฺส ฆาตา จ วิธาตา จ หิตสฺส เม	– พระพุทธเจ้าเป็นผู้ทรงกำจัดทุกข์ให้แก่ข้าพเจ้า, และทรงทำประโยชน์เกื้อกูลให้แก่ข้าพเจ้า
พุทฺธสฺสาหํ นิยฺยาเทมิ สรีรญฺชีวิตญฺจิทํ	– ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตอันนี้ แด่พระพุทธเจ้า
วนฺทนฺโตหํ / วนฺทนฺตีหํ จริสฺสามิ พุทฺธสฺเสว สุโพธิตํ	– ข้าพเจ้าจักขอประพฤติกราบไหว้ ซึ่งความเป็นผู้ตรัสรู้ดีของพระพุทธเจ้านั่นแล
นตฺถิ เม สรณํ อญฺญํ พุทฺโธ เม สรณํ วรํ	– ที่พึ่งอย่างอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตน สจฺจวชฺเชน วฑฺเฒยฺยํ สตฺถุสาสเน — ด้วยการกล่าวอ้างคำสัตย์นี้, ขอข้าพเจ้าพึงเจริญในศาสนาของพระบรมศาสดา

พุทฺธํเม วนฺทมาเนน / วนฺทมานาย — บุญอันใดที่ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าสั่งสมไว้แล้ว ณ ที่นี้

สพฺเพปิ อนฺตรายา เม มาเหสุํ ตสฺส เตชสา — ด้วยเดชแห่งบุญอันนั้น, ขอสรรพ-อันตรายทั้งหลายอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าเลย

(หมอบลงสวด)

กาเยน วาจาย ว เจตสา วา, พุทฺเธ กุกมฺมํ ปกตํ มยา ยํ — กรรมน่าเกลียดอันใด, ที่ข้าพเจ้าได้ทำแล้วในพระพุทธเจ้า, ด้วยกาย ด้วยวาจาหรือด้วยใจ

พุทฺโธ ปฏิคฺคณฺหตุ อจฺจยนฺตํ กาลนฺตเร สํวริตุํ ว พุทฺเธ — ขอพระพุทธเจ้า จงทรงโปรดงดโทษเพื่อจะสำรวมระวังในพระพุทธเจ้าในกาลต่อ ๆ ไปด้วยเทอญ

คำระลึกถึงพระธรรมคุณ

หัวหน้านำว่า–หนฺท มยํ ธมฺมานุสฺสตินยํ กโรม เส.

สฺวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม — พระโลกุตตรธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว

สนฺทิฏฺฐิโก อกาลิโก เอหิปสฺสิโก — เป็นสิ่งอันผู้ปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง, เป็นสิ่งที่ไม่จำกัดกาลเวลา, เป็นสิ่งที่อวดอ้างได้ว่ามาดูเถิด

โอปนยิโก ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหี–ติ — เป็นสิ่งที่น้อมนำเข้ามาไว้ในใจ, เป็นสิ่งอันผู้รู้ทั้งหลายจะพึงรู้ได้เฉพาะตน ฉะนี้

(หยุดระลึกถึงพระธรรมคุณหน่อยหนึ่ง)

คำสวดสรรเสริญพระธรรม

หัวหน้านำว่า–หนฺท มยํ ธมฺมาภิคีตึ กโรม เส.

สฺวากฺขาตตาทิคุณโยควเสน เสยฺโย — พระธรรมเป็นสิ่งอันประเสริฐ, โดยที่ประกอบด้วยคุณมีความเป็นธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเป็นต้น

โย มคฺคปากปริยตฺติวิโมกฺขเภโท — พระธรรมใดซึ่งแยกเป็นมรรค, ผล, ปริยัติ และวิโมกข์

ธมฺโม กุโลกปตนา ตทธาริธาริ — กันไว้ซึ่งผู้ทรงธรรมนั้นจากการตกไปในโลกที่ชั่ว

วนฺทามหํ ตมหรํ วรธมฺมเมตํ — ข้าพเจ้าขอไหว้ซึ่งพระธรรมนั้น, อันขจัดความมืดเป็นธรรมอันประเสริฐ

ธมฺโม โย สพฺพปาณีนํ
สรณํ เขมมุตฺตมํ — พระโลกุตตรธรรมใดเป็นที่พึ่งอันเกษมสูงสุดของสรรพสัตว์ทั้งหลาย

ทุติยานุสฺสติฏฺฐานํ วนฺทามิ
ตํ สิเรนหํ — ข้าพเจ้าขอไหว้ซึ่งพระโลกุตตรธรรมนั้น,อันเป็นฐานแห่งอนุสสติที่สองด้วยเศียรเกล้า

ธมฺมสฺสาหสฺมิ { ทาโสว / ทาสีว } — ข้าพเจ้าเป็น { ทาส / ทาสี } ของ

ธมฺโม เม สามิกิสฺสโร — พระธรรมนั้นเทียว, พระธรรมเป็นเจ้าใหญ่ของข้าพเจ้า

ธมฺโม ทุกฺขสฺส ฆาตา
จ วิธาตา จ หิตสฺส เม — พระธรรมเป็นผู้กำจัดทุกข์ให้แก่ข้าพเจ้า. และทำประโยชน์เกื้อกูลให้แก่ข้าพเจ้า

ธมฺมสฺสาหํ นิยฺยาเทมิ
สรีรญฺชีวิตญฺจิทํ

– ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตอันนี้ แด่พระธรรม

วนฺทนฺโตหํ / วนฺทนฺตีหํ จริสฺสามิ
ธมฺมสฺเสว สุธมฺมตํ

– ข้าพเจ้าจักขอประพฤติกราบไหว้, ซึ่งความเป็นธรรมที่ดีของพระธรรมนั่นแล

นตฺถิ เม สรณํ อญฺญํ
ธมฺโม เม สรณํ วรํ

– ที่พึ่งอย่างอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระธรรมเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตน สจฺจวชฺเชน
วฑฺฒยฺยํ สตฺถุสาสเน

– ด้วยการกล่าวอ้างคำสัตย์นี้, ขอข้าพเจ้าพึงเจริญในศาสนาของพระบรมศาสดา

ธมฺมํ เม วนฺทมาเนน / วนฺทมานาย
ยํ ปุญฺญํ ปสุตํ อิธ

– บุญอันใดที่ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมสั่งสมไว้แล้ว ณ ที่นี้

สพฺเพปิ อนฺตรายา เม
มาเหสุํ ตสฺส เตชสา

– ด้วยเดชแห่งบุญอันนั้น, ขอสรรพอันตรายทั้งหลายอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าเลย

(หมอบลงสวด)

กาเยน วาจาย ว เจตสา วา,
ธมฺเม กุกมฺมํ ปกตํ มยา ยํ

– กรรมน่าเกลียดอันใด, ที่ข้าพเจ้าได้ทำแล้วในพระธรรม, ด้วยกาย ด้วยวาจา หรือด้วยใจ

ธมฺโม ปฏิคฺคณฺหตุ อจฺจยนฺตํ
กาลนฺตเร สํวริตุํ ว พุทฺเธ

– ขอพระธรรม จงโปรดงดโทษ

เพื่อจะสำรวมระวังในพระธรรมในกาลต่อ ๆ ไปด้วยเทอญ

คำระลึกถึงพระสังฆคุณ

หัวหน้านำว่า หนฺท มยํ สํฆานุสฺสตินยํ กโรม เส.

สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติดี
อุชุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติตรง
ญายปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อนิพพาน
สามีจิปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสํโฆ	– พระสงฆ์สาวก ของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติสมควร
ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสยุคานิ อฏฺฐ ปุริสปุคฺคลา	– ได้แก่บุคคลเหล่านี้ คือ, คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ บุรุษบุคคล ๘ จำพวก
เอส ภควโต สาวกสํโฆ	– นี้คือพระสงฆ์ สาวกของพระผู้มีพระ-ภาคเจ้า
อาหุเนยฺโย ปาหุเนยฺโย ทกฺขิเณยฺโย อญฺชลิกรณีโย	– เป็นผู้ควรแก่ของบูชา, เป็นผู้ควรแก่ของต้อนรับแขก, เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ, เป็นผู้ควรแก่การกราบไหว้
อนุตฺตรํ ปุญฺญกฺเขตฺตํ โลกสฺสา–ติ	– เป็นนาบุญอันประเสริฐของชาวโลก ฉะนี้

(หยุดระลึกถึงพระสังฆคุณหน่อยหนึ่ง)

คำสวดสรรเสริญพระสงฆ์

หัวหน้านำว่า หนฺท มยํ สํฆาภิคีตึ กโรม เส

สทฺธมฺมโช สุปฏิปตฺติคุณาภิยุตฺโต	– พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นผู้เกิดจากพระสัทธรรม. ประกอบด้วยคุณมีคุณคือความปฏิบัติดีเป็นต้น

โยฏฺจพฺพิโธ อริยปุคฺคลสํฆเสฏฺโจ	– พระสงฆ์สาวกฆ์จำพวกใด, คือหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐ ๘ จำพวก
สีลาทิธมฺมปวราสยกายจิตฺโต	– เป็นผู้มีกายและใจ อาศัยธรรมอันประเสริฐ มีศีลเป็นต้น
วนฺทามหํ ตมริยานคณํ สุสุทฺธํ	– ข้าพเจ้าขอไหว้ซึ่งหมู่แห่งพระอริยสงฆ์จำพวกนั้น อันบริสุทธิ์ด้วยดี
สํโฆ โย สพฺพปาณีนํ สรณํ เขมมุตฺตมํ	– พระสงฆ์หมู่ใด เป็นที่พึ่งอันเกษมสูงสุดของสรรพสัตว์ทั้งหลาย
ตติยา นุสฺสติฏฺฐานํ วนฺทามิ ตํ สิเรนหํ	– ข้าพเจ้าขอไหว้ซึ่งพระสงฆ์หมู่นั้น,อัน-เป็นฐานแห่งอนุสสติที่สาม ด้วยเศียรเกล้า
สํฆสฺสาหสฺมิ { ทาโสว / ทาสีว }	– ข้าพเจ้าเป็น { ทาส / ทาสี } ของ
สํโฆ เม สามิกิสฺสโร	– พระสงฆ์นั้นเทียว, พระสงฆ์เป็นเจ้าใหญ่ของข้าพเจ้า
สํโฆ ทุกฺขสฺส ฆาตา จ วิธาตา จ หิตสฺส เส	– พระสงฆ์เป็นผู้กำจัดทุกข์ให้แก่ข้าพเจ้า และทำประโยชน์เกื้อกูลให้แก่ข้าพเจ้า
สํฆสฺสาหํ นิยฺยาเทมิ สรีรญฺชีวิตญฺจิทํ	– ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตอันนี้ แด่พระสงฆ์
{ วนฺทนฺโตหํ / วนฺทนฺตีหํ } จริสฺสามิ	– ข้าพเจ้าจักขอประพฤติกราบไหว้
สํฆสฺโสปฏิปนฺนตํ	ซึ่งความเป็นผู้ปฏิบัติดีของพระสงฆ์
นตฺถิ เม สรณํ อญฺญํ สํโฆ เม สรณํ วรํ	– ที่พึ่งอย่างอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตน สจฺจวชฺเชน	– ด้วยการกล่าวอ้างคำสัตย์นี้, ขอข้าพเจ้า
วฑฺเฒยฺยํ สตฺถุสาสเน	จงเจริญในศาสนาของพระบรมศาสดา
สํฆํ เม วนฺทมาเนน / วนฺทมานาย	บุญอันใดที่ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์ สั่งสมไว้แล้ว ณ ที่นี้
ยํปุญฺญํ ปสุตํ อิธ	
สพฺเพปิ อนฺตรายา	– ด้วยเดชแห่งบุญอันนั้น, ขอสรรพ-อันตรายทั้งหลายอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าเลย
เม มาเหสุํ ตสฺส เตชสา	

(หมอบลงสวด)

กาเยน วาจาย ว	– กรรมน่าเกลียดอันใด, ที่ข้าพเจ้าได้ทำ
เจตสา วา, สํเฆ กุกมฺมํ ปกตํ มยา ยํ	แล้วในพระสงฆ์, ด้วยกาย ด้วยวาจา หรือด้วยใจ
สํโฆ ปฏิคฺคณหตุ อจฺจยนฺตํ	– ขอพระสงฆ์ จงโปรดงดโทษ
กาลนฺตเร สํวริตุํ ว สํเฆ.	เพื่อจะสำรวมระวังในพระสงฆ์ ในกาลต่อ ๆ ไปด้วยเทอญ

จบทำวัตรเย็น

กรรมในพระพุทธศาสนา

และแนวปฏิบัติธรรม

โดยท่านเจ้าคุณพระโสภณวชิรธรรม

วัดวชิรธรรมสาธิตวรวิหาร

คำนำ

หนังสือธรรมเรื่องกรรมในพระพุทธศาสนาและแนวปฏิบัติธรรมซึ่งอาตมาได้รวบรวมทำเป็นเล่ม เพื่อถวายเป็นธรรมทานแก่ท่านพุทธศาสนิกชนที่สนใจการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา ได้อ่านเป็นแนวทางแห่งการค้นคว้า และปฏิบัติธรรม อาตมาเห็นว่าเรื่องกรรมนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสอนพุทธบริษัทเป็นจำนวนมากแม้ว่าอาตมาไม่ชำนาญด้านนักเขียน แต่ด้วยจิตใจที่มุ่งมั่นดวงจิตที่อุทิศต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ-เจ้า เพื่อผลการปฏิบัติธรรมและแรงศรัทธาที่ได้รับผลบุญกุศลจากการบวชเป็นประโยชน์สุขส่วนรวมเป็นเอนกประการ

ฉะนั้นอาตมาถวายบูชาธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ได้ปฏิบัติมาอันจะเป็นกุศลผลบุญในพระพุทธศาสนาจึงขอถวายหนังสือเรื่องกรรมในพระพุทธ-ศาสนาให้เป็นธรรมบูชาแก่ท่านพุทธศาสนิกชนทั่วไปได้รับความสุขความเจริญความสำเร็จผลจากการปฏิบัติธรรม

เจริญพร

ท่านเจ้าคุณพระโสภณวชิรธรรม

กรรมในพุทธศาสนา

โดย ท่านเจ้าคุณพระโสภณวชิรธรรม

ขอเจริญพรท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย

ในวันนี้อาตมาภาพจะขอพูดถึงกรรมในพุทธศาสนา หรือหลักของกรรม ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงยกหลักพุทธภาษิตว่า กมฺมุนา วตฺตติ โลโก สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม กรรมในที่นี้หมายถึงการกระทำ คือกระทำดีย่อมได้ดี ทำกรรมชั่วก็ย่อมได้ชั่ว ดังที่ท่านทั้งหลายได้ทราบอยู่แล้ว แต่เรื่องการที่ว่าสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรมนี้ พระพุทธเจ้าได้ทรงเล็งเห็นว่าคนเราเกิดมาในโลกนี้ย่อมมีความสุข และความทุกข์เป็นไปตามสภาพของมนุษย์ที่อยู่ในมนุษย์โลกนี้ คือคนเราต้องดิ้นรนหาซึ่งความสำเร็จในชีวิตหรือเรียกว่าต่อสู้ความเป็นอยู่ของมนุษย์ ต่อสู้ความเป็นอยู่ของชีวิต แต่พระพุทธเจ้าทรงเห็นว่า เมื่อเราเกิดมาเป็นมนุษย์ควรจะพยายามพิจารณาให้ดี ท่านตรัสว่า นิสมฺมกรณํ เสยฺโย ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำดีกว่า คือท่านทั้งหลายที่เป็นพุทธศาสนิกได้น้อมระลึกถึงพระพุทธศาสนาอันเป็นเครื่องเทิดทูนบูชาสักการะในด้านการปฏิบัติเป็นสรณะที่พึ่ง เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจในเวลาที่เกิดทุกข์เวลาที่เสียใจ หรือเวลาที่เราเกิดความวิบัติ เวลาที่เราหาที่ยึดเหนี่ยวไม่ได้อันจะพึงเป็นสติเตือนใจเราอยู่เสมอ ฉะนั้นในวันพระนี้อาตมาจึงยกเอาเรื่องกรรมขึ้นมากล่าวหรือเรียกว่าหลักของกรรม ซึ่งมีเป็นจำนวนมากที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้และยกเป็นสาเหตุเป็นนิทานชาดกไว้เป็นจำนวนมาก แต่นั้นแหละ หลักของกรรมนั้นเมื่อเรามานึกเพียงหลักว่าทุก ๆ คนอยู่ด้วยกันทุกวันนี้ ถ้าหากว่าเรากระทำกรรมดีก็ย่อมรับความสุข ถ้าเราทำกรรมไม่ดีก็ย่อมมีทุกข์ แม้จะหลับนอนอยู่ในวิมานอันดี อันสวยงามอย่างใดก็ย่อมไม่ได้รับความสันติสุขย่อมมีความทุกข์เพราะได้กระทำกรรมไม่ดีไว้ พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสอีกว่า ตสฺส

นตฺถิ ปฏิการํ สิ่งที่ทำแล้วก็คืนไม่ได้ เมื่อเราทำสิ่งใดไปแล้วทำคืนไม่ได้ยกตัวอย่างในครั้งอดีตกาล ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงประทับอยู่ที่พระเชตวันมหาวิหาร ได้ปรารภถึงบุรุษคนหนึ่งชื่อนายโคฆาตมีอาชีพในทางฆ่าโคเอาเนื้อมาขาย หรือจะเรียกว่ามีอาชีพขายเนื้อวัวก็ว่าได้ ทำอย่างนี้มาทุกวัน นายโคฆาตอยู่ในนครเมืองสาวัตถีฆ่าโคขายเนื้ออยู่เสมอ ถ้าฆ่าโคแล้วก็ต้องกินเนื้อทุกวันทำอาชีพนี้มานาน ๕๕ ปี นับว่าเป็นการกระทำที่ยาวนานมากที่สุดทีเดียว กรรมที่ทำนี้ถือเป็นอาชีพวันใดที่เขาไม่ได้กินเนื้อก็รู้สึกว่าอยู่ไม่ได้ จะกินข้าวเปล่า ๆ ข้าวกับผักนั้นอยู่ไม่ได้ เขาต้องฆ่าวัวเพื่อเอาเนื้อขายและเหลือไว้กินอยู่เสมอ

อยู่มาวันหนึ่งเขาก็เหลือเนื้อไว้ก้อนหนึ่งสำหรับเอาไว้ปิ้งกินกับข้าว แต่เกิดมีสหายคนหนึ่งของเขาอยากได้เนื้อขึ้นมาก็จะขอซื้อ ภรรยาของเขาก็ไม่ยอมขาย บอกว่าเป็นของสามีเก็บไว้กิน ฝ่ายสหายก็บอกว่าเขาขาดเนื้อไม่ได้ขาดเนื้อแล้วเขาจะต้องตาย ภรรยาจึงจำเป็นต้องขายเนื้อให้เขาไป นายโคฆาตหลังจากปฏิบัติหน้าที่การงานของตนกลับมาสู่บ้าน ภรรยาก็ทำอาหารโดยมีข้าวกับผักไปให้ทาน นายโคฆาตก็ถามภรรยาว่า เนื้อที่ฉันเหลือไว้ไปอยู่ที่ไหนนางก็เล่าความแต่ต้นนั้นให้ฟังว่าได้ขายให้สหายของเขาผู้ขาดเนื้อไม่ได้ไปแล้ว นายโคฆาตมีความโกรธภรรยาเป็นอันมากไม่ยอมกินข้าวกับผักนั้น จึงได้สั่งให้ภรรยาเก็บอาหารเหล่านั้นเสีย แล้วถือมีดไปที่วัวซึ่งกำลังกินหญ้าอยู่แล้วเอามีดล้วงไปตัดลิ้นวัวสด ๆ แล้วเอามาปิ้งกิน กรรมที่ได้ทำนั้นคือกรรมที่จากการตัดลิ้นวัวมาปิ้งกิน ๆ เข้าไปแล้วได้ไม่กี่คำลิ้นของนายโคฆาตก็ขาดออกมาเรียกว่ากรรมทันตาเห็นเลือดไหลออกมาจากปาก เมื่อก่อนจะสิ้นใจเขาก็ร้องควรญครางเหมือนโค ส่วนภรรยาเห็นสามีใกล้จะถึงกาลกิริยาก็บอกกับลูกชายซึ่งนั่งดูอยู่ใกล้ ๆ ว่าให้ลูกหนีออกไปเสีย ลูกก็ปฏิบัติตาม โดยได้หนีไปสู่เมืองอื่นแล้วก็ได้ไปศึกษาเล่าเรียนจนมีความรู้ความสามารถ ได้ปฏิบัติดีแล้วนึกถึงผลกรรมที่พ่อได้ฆ่าโคและถึงซึ่งความตาย ก็คิดอยากจะทำบุญให้พ่อที่เสียไปถึงนี่ เพื่อให้นึกถึงกรรมได้ เมื่อเจริญวัยขึ้นมาจนสามารถทำกุศลให้แก่พ่อ แม้แต่พระพุทธเจ้าซึ่งประทับอยู่นครสาวัตถีหรืออยู่ที่พระเชตวัน-มหาวิหาร นายโคฆาตไม่ได้ทำบุญอะไรเลย จนกระทั่งถึงความตายลงไปแล้ว จนถึงตกอยู่

อเวจีนรก ส่วนบุตรนั้นเมื่อเจริญวัยขึ้นมาอยากละทำบุญกุศลให้แก่บิดาแล้วได้อังคาสเช่นนั้นแล้ว พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า คนที่แก่แล้วท่านเปรียบเหมือนใบไม้ที่แก่หง่อมคือใบไม้ที่เหลือจวน ๆ จะล่วงโรยแล้ว แต่เสบียงคือกุศลไม่ได้ทำไว้ เมื่อจะละไปสู่ปรโลกของท่านแล้วก็ไม่มี พระพุทธเจ้าจึงเตือนว่าพวกท่านทั้งหลายอย่าพึงทำตนของตนให้ประมาทเลย จงทำที่พึ่งให้แก่ตน จะเป็นบัญฑิตอย่าเป็นคนพาล และพระองค์จึงได้แสดงตรัสเป็นเนื้อความให้เห็นพิจารณาได้ง่าย ๆ ดังนี้ ท่านเป็นดุจแห่งใบไม้เหลือง อนึ่งบุรุษแห่งพญายมคือความตายปรากฏแก่ท่านแล้ว ท่านตั้งอยู่ใกล้ปากแห่งความเสื่อม อนึ่งแม้เสบียงของท่านก็ยังไม่มีท่านจะทำที่พึ่งแก่ตน จงรีบพยายามเป็นบัณฑิตท่านกำจัดมลทินได้แล้ว ท่านไม่มีกิเลสเพียงตั้งหน้าดำเนินก็จะถึงอริยภูมิอันเป็นทิพย์ นี่เป็นภูมิฐานเรื่องของกรรมที่พระองค์ท่านแสดงเรื่องนายโคฆาตเมื่อครั้งกระนั้น เมื่อพระองค์ได้ทรงแสดงแก่บุตรที่ถวายทานเพื่อเป็นประโยชน์ในภัตกิจ แล้วก็ได้กล่าวอนุโมทนาว่าท่านผู้มีวัยอันชรา นำเข้าไปใกล้เป็นผู้เตรียมพร้อมเพื่อจะไปสำนักแห่งพญายมหรือความตาย แม้ที่พักระหว่างทางของท่านก็ยังไม่มี หมายถึงว่ากุศลหรือเสบียง ทางทำกุศลทางดีนั้น อนึ่งเสบียงของท่านก็หามีไม่ ท่านจงทำที่พึ่งแก่ตน จงรีบพยายามฝึกฝนในการสร้างกุศลหรือการทำความดีของตนนั้น ให้หมดจากมลทินคือกิเลสกำจัดไปเสียให้หมดดังนี้ เพื่อให้เข้าถึงชาติ ชราได้อีก เมื่อท่านทั้งหลายในวันนี้มานึกถึงความดี อยากจะปฏิบัติกรรมดี พอถึงวันพระธรรมสวนะหรืออุโบสถศีล อันเป็นวันสำคัญทางศาสนามาถึง เราก็ควรจะกระทำกรรมดีแม้ว่าจะไม่มีโอกาสมาวัด ท่านอยู่ที่บ้านมีพระพุทธรูปก็พึงสักการะบูชาแล้วก็ทำจิตของตนให้เกิดศรัทธา ทำใจให้สงบตามวิธีการปฏิบัติอันเป็นพื้นฐานของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงมอบหมายให้แก่พุทธบริษัททั้งหลายอันได้แก่ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา รักษาสืบพระศาสนามาด้วยการปฏิบัติ สำหรับในวันพระนี้ อาตมาจึงขอเน้นการปฏิบัติของหลักพุทธศาสนา หรือว่าวิธีปฏิบัติง่าย ๆ สำหรับสาธุชนทั้งหลาย ที่มีความสนใจคือเรื่องวิปัสสนาหรือกรรมฐานนี้ ย้ำเข้าไปอีกว่าคนเรานั้น

ท่านทั้งหลายจงพิจารณาร่างกายกับจิตใจของเราเป็นของไม่จริง เพราะต้นเหตุแห่งการดูสภาพตัวเอง เหมือนแม่น้ำใหญ่ที่มีสุดปลายทางได้ฉันใด ร่างกายของเราก็มีความตายเป็นที่สุดได้ฉันนั้น ฉะนั้นเมื่อร่างกายเป็นของไม่จริง เพราะเหตุที่ต้องละทิ้งร่างกายของเราไปได้ในเวลาใดเวลาหนึ่ง เมื่อเรารู้ว่าร่างกายนั้นไม่เป็นของจริงหรือว่าเป็นของที่ไม่มีในตัวตนเราแล้ว เราก็จะพยายามรู้เห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ สิ่งที่ควรปฏิบัตินั้น อาตมาจึงชักชวนท่านทั้งหลายว่าจงทำกรรมดีกันเถิด เราจะเห็นว่าปัจจุบันนี้สังคมความเจริญทางโลกได้ก้าวหน้าเข้าสู่ยุคแห่งการวิวัฒนาการหรือการพัฒนาการแห่งทางโลกสังคมนี้เจริญมาก แต่ทางธรรมะนั้นรู้สึกว่าพุทธศาสนิกชนยังขาดความอบอุ่นทางด้านจิตใจเป็นจำนวนมาก รู้สึกว่าจะเห็นได้จากการที่เมื่อถึงวันพระแล้วคนวัยรุ่นหนุ่มสาวพากันห่างเหินจากวัดไป เพราะเหตุที่ว่าคนเหล่านี้ไม่มีโอกาสที่จะได้เข้าถึงหลักธรรมในทางศาสนาอย่างแท้จริง แม้ในวัยกลางคนนั้นก็มีภาระกิจมากบางครั้งจึงไม่รู้ว่าวันพระคือวันอะไร มีความสำคัญแก่พุทธบริษัทอย่างไร ฉะนั้นในวันพระหนึ่ง ๆ ถ้าท่านทั้งหลายมีโอกาสได้ปฏิบัติหลักความจริงของพุทธศาสนาแล้ว เราจะเห็นว่ามีประโยชน์สำหรับการบริหารงานและการดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง การทำแผนผังของชีวิตของเรานี้ ถ้าเราทำแผนผังของชีวิตให้ถูก เช่นว่าการจะนั่งกรรมฐานมีหลักที่อาตมาจะบอกให้เป็นหลัก ๒ หลักคือ หลักที่หนึ่ง ก็เรื่องราวภาระของเราจัดถูกเมื่อเราจัดเรื่องราวของเราที่เป็นภาระเราก็ประกาศสงครามกิเลสกับตัวเรา คือเรารู้ว่ามีนิสัยดีหรือไม่ดีเรารู้ คือความดีหรือความชั่วมีอยู่ในตัวเรานี้ เรารู้สภาพตัวเราและเราคงไม่ดี กลัวเอาความไม่ดีของตนเองนั้นออกไปแล้วก็พยายามจัดเรื่องราวให้เรียบร้อยเช่น

ก. เราตัวเรากับพ่อแม่หรือว่าพ่อแม่กับลูกหรือลูกเมียอย่างนี้เราต้องจัดให้ถูกหรือหน้าที่การงานอันนี้เป็นหลักในการที่จะเริ่มต้นการปฏิบัติทางธรรมะ

ข. ข้าวของให้จัดถูก หมายถึงทรัพย์สมบัติสิ่งที่ผูกพันกับเราทุกคนที่นั่งกรรมฐานหรือที่นั่งสมาธิไม่ได้ ก็เพราะเรื่องราวข้าวของพัวพันกับตัวเรามาก

ค. เครื่องประดับ เครื่องใช้สอยหรือเครื่องใช้ในชีวิตประจำวันของเราเราก็ต้องรักหวงแหน ถ้าเราเก็บไว้ให้ดี เมื่อของ ๒ อย่างนี้จัดถูกแล้ว หรือวางแล้วปลงตก

แล้วก็เลิกคิดถึงมันอีก เมื่อทิ้งปัญหา ๒ อย่างนี้แล้ว มันก็เป็นเรื่องของการเริ่มต้นปฏิบัติทางจิตใจ อันเรียกว่าภาวนา ๒ คือสมถะภาวนาอย่างหนึ่งและวิปัสสนาภาวนาอย่างหนึ่ง ถ้าหากว่าถามว่าเรียนไปทำไม ก็จะตอบได้ว่าเป็นกฎข้อบังคับสำหรับให้เราทุกคน ได้ศึกษาหลักธรรมะของพระพุทธเจ้า เพราะภายในจิตใจนี้เมื่อเรามาบวชอยู่ก็ได้หรือว่าทางทั้งหลายที่เป็นพุทธศาสนิกชนก็ดีเรารู้ว่าสิ่งใดดี สิ่งใดไม่ดี เท่าที่จะทำได้แล้วเราพยายามส่งเสริมผดุงรักษาพุทธศาสนานี้ให้มั่นคงอยู่ในศาสนาธรรมคำสั่งสอนแล้ว คือ เมื่อเรามีความสบายกายสบายใจแล้วเราก็สามารถที่จะทำการปฏิบัติหลักความจริงให้พุทธศาสนาได้ หลักของวิญญาณเมื่อเราเริ่มต้นในการภาวนาไปนี้ เราจะมีความคิดคือว่ามีสิ่งอีกอันหนึ่ง คือหมายความว่าร่างกายของเรานี่กับจิตใจเป็นของ ๒ อย่าง ของ ๒ อย่างนี้มีในร่างกายของเรารู้สึกว่าเราจะเห็นว่าเราต้องการเห็นว่ามันไม่มีสภาพที่จริงหรือว่าเป็นของไม่จริง เมื่อเป็นของไม่จริงเราอยากจะรู้ว่าในตัวตน คือว่าภายในของ ๒ สิ่งนี้กายกับใจเรานี้ต้องมีอะไรที่มีความดีกว่านี้หรือมีความสามารถที่มีสิ่งลึกลับมากกว่านี้ เราจึงต้องสนใจในการปฏิบัติหลักธรรมะของพระพุทธศาสนา แต่ความจริงในความรู้สึกว่า เช่นเราจะเห็นตัวอย่างการยกเรื่องวิญญาณมากล่าวก็มิใช่อะไรอื่น คือสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับจิตใจเรา มีลักษณะเป็น ๒ อย่างคือ รู้ ฟังอยู่ นั่งอยู่ อารมณ์หนึ่ง รู้สึกอยู่ว่าเป็นอารมณ์หนึ่ง สองอย่างนี้เรียกว่าวิญญาณ ลักษณะของการรู้สึกว่าวิญญาณนั้นคือรู้สึกและไม่รู้สึก ทิ้งอารมณ์ ๒ อย่างนี้แล้วเหลืออยู่นั้นคืออารมณ์ที่เราปฏิบัติจะเห็นว่าอารมณ์ธรรมชาติ หรือเรียกว่าอารมณ์ที่หลุดพ้นจากความดีและความชั่วแล้ว อันนี้เป็นหลักการปฏิบัติ เมื่อท่านทั้งหลายรู้สึก ขีด คั่น หรือรู้จักเริ่มต้นการปฏิบัตินี้ เราก็สามารถที่จะให้เห็นภาวะของจิตที่แท้จริงของเราได้ ลักษณะความรู้ของวิญญาณก็เหมือนกับของ ๒ อย่างมาประกอบกัน คือวิญญาณเป็นกำลังอย่างหนึ่งหรือเรียกว่าพลังอย่างหนึ่ง สิ่งที่สำคัญของวิญญาณนั้นมันเป็นของ ๒ อย่างประกอบกันคือร่างกาย ร่างกายหมายถึง เนื้อหนัง ของเรานี้เป็นส่วนประกอบของนามรูป ส่วนวิญญาณนั้นเป็นส่วนประกอบสูงสุด ซึ่งมีอานุภาพเหนือกว่าสิ่งใด ๆ เมื่อเราสามารถจับความรู้สึกคือเบื้องต้น

การเกิดขึ้นของวิญญาณการปรุงแต่งของวิญญาณได้ในท่ามกลางกลางการแตกดับของวิญญาณ ได้คือความรู้สึกตามที่มันเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงกันอยู่อย่างนี้ให้เกิดสภาพเป็นของตัวตนได้ อันนี้เป็นหลักการปฏิบัติเมื่อหลักการปฏิบัติในพุทธศาสนานี้ก็มี ๒ วิธี ซึ่งเราจะเห็นว่าการปฏิบัติมีอยู่อย่างหนึ่งและการปฏิบัติไม่มีอย่างหนึ่ง การปฏิบัติ ๒ อย่าง เช่นการภาวนาเล่นลองอาณาปานสติหรือ เช่น พองหนอ ยุบหนอ อันนี้เรียกว่ามี เมื่อการปฏิบัติในหลักของคำว่าไม่นั้นคือการปรุงแต่งสภาพอารมณ์โดยที่ว่าอาศัยสิ่งหนึ่งสิ่งใดทั้งสิ้น เรียกว่าไม่มีคือหยุดการปรุงแต่งสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นทั้งฝ่ายมีและฝ่ายไม่มี อันนี้เรียกว่าไม่มี อธิบายข้อที่ปฏิบัติให้เห็นว่าภาวนา ข้อที่ว่าต่อต้านอารมณ์ ให้จิตสะอาดทั้งที่มีอยู่ในภาวนาต่าง ๆ อยู่อย่างนั้น โดยวิธีการเปิดหน้าใหม่คือเกิดคาบอารมณ์ของกรรมฐาน และพิจารณาความลี้ลับ หรือความสุขุม ความละเอียดของสังขาร ตัวอย่างเช่นเวลาที่เข้าสมาธิเราจะเห็นว่าการที่เรานั่งสมาธินั้นเราจะเห็นว่าสภาพในอากาศมีขี้ฝุ่นเยอะแยะ เมื่อเราพยายามไล่กิเลศไล่อารมณ์ที่เป็นกิเลสภายในใจของเรานี่ให้ออก ในการภาวนานั้น เร่าจะเห็นว่าเราอยู่เหนือสิ่งของ ๒ อย่าง คือกายกับใจนี้ เรียกว่าตั้งอยู่ในอารมณ์บริสุทธิ์ หรือเที่ยงตรงอยู่ในอารมณ์บริสุทธิ์อันเข้าหลักของวิปัสสนาคือการเข้าวิปัสสนานี้หมายถึงว่า จิตที่คงที่อยู่ในอารมณ์บริสุทธิ์คงสภาพอย่างนั้นไม่มีกระเทือนหวั่นไหวต่ออารมณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น อันนี้เป็นสภาพหลักของการปฏิบัติในหลักของวิปัสสนา เมื่อเราต่อต้านกิเลสภายในอันเรียกว่าอายตนะ ๖ คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมมารมณ์หรือภายนอก ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อะไรเหล่านี้สภาวะธรรม ๒ อย่างเมื่อเราพิจารณาเห็นถึงที่สุด อันนั้นเราจะเห็นจิตดั้งเดิม คือภาวะของธรรมมารมณ์ เกิดขึ้นตั้งอยู่ ดับไปเรียกว่าสามัญลักษณะ ๓ คืออนิจังทุกขัง อนัตตา จิตเมื่อดิ่งสู่บัญชาการของอารมณ์แล้ว ความบริสุทธิ์อันเรียกว่า จิตวิสุทธิหรือ สีลาวิสุทธิก็จะเป็นผู้ที่ดีรู้ความเกิดดับของอารมณ์ที่เราเห็นอยู่ ในหลักของคำว่าหลุดพ้นจากวิญญาณอันไม่เข้ามาผูกมัดกับอารมณ์ธรรมชาติอีก อันนี้เรียกว่าเป็นการนั่งหลักขั้นต้นของพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ฉะนั้นในวันพระหนึ่ง ๆ นี้ อาตมาจึงขอเชิญชวนท่านทั้งหลายว่าขอให้ยึดหลักการปฏิบัติของพุทธศาสนาไว้ ใจเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ เพราะโลกเราทุกวัน

นี้เห็นว่าถูกข่มขู่ด้วยโลกธรรม ๘ คือคนเราอาจจะเสื่อมลาภ อาจจะเสื่อมยศหรืออาจจะเสื่อมทั้งลาภทั้งยศ คือโลกธรรม ๘ นั้นย่อมทำให้คนหมุนไปตามโลกคือ ลาภ, เสื่อมลาภ, ยศ, เสื่อมยศ, นินทา, สรรเสริญ, สุข, ทุกข์, พระพุทธเจ้าตรัสว่าภิกษุทั้งหลาย โลกธรรม ๘ นี้ย่อมหมุนไปตามโลก โลกย่อมหมุนไปตามโลกธรรม ๘ เมื่อท่านทั้งหลายพิจารณาเห็นว่าธรรมมะเท่านั้นที่สามารถยึดเป็นหลัก สำหรับยึดเหนี่ยวจิตใจของเราให้เกิดสันติสุขทางจิตใจนี้เราก็ต้องอาศัยข้อปฏิบัติเท่านั้นที่จะเป็นเครื่องฝึกฝนจิตใจของเรารบต่อสู้กับชีวิตหรือมรสุมชีวิตที่มาคุกคามเหล่านั้นทั้งกรรมดีและกรรมไม่ดีสิ่งที่เราจะทำกรรมดีเช่นในวันพระหนึ่ง ๆ นี้ แม้เราจะไม่มีเวลาว่างมาวัดเราอยู่ที่บ้านจุดธูป เทียน ประนมมือแล้วฝึกหัดทำสมาธิดังอาตมาได้กล่าวมานั้น สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ดีที่สุด ดังที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสเป็นธรรมะในหลักที่เตือนใจว่าธรรมในหมู่มนุษย์เราคือ ลาภหรือเสื่อมลาภ ยศหรือเสื่อมยศ นินทา สรรเสริญสุขและทุกข์นั้นถือว่าเป็นสภาพไม่เที่ยง ท่านทั้งหลายอย่าไปหลงคิดหลงกังวลกับสิ่งเหล่านั้นเลย ย่อมทำให้เกิดทุกข์มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา ถ้าท่านมีสติปัญญาดี ทราบธรรมเท่านั้นแล้วพิจารณาเห็นว่าคนเราเมื่อได้ยศแล้วก็อาจเสื่อมได้ เมื่อคนเรามีสรรเสริญก็อาจมีคนนินทาได้ มีสุขก็อาจมีทุกข์ได้ สิ่งเหล่านี้เราอย่าหลงตามเขาเลยเป็นธรรมดาย่อมแปรปรวนตามสภาพของกรรมหรือสิ่งที่เราทำนั้นธรรมเป็นอิฏฐารมณ์ทั้งหลายย่อมย่ำยีจิตใจของเราเมื่อเราตั้งอยู่ในธรรมดีแล้วสิ่งต่าง ๆ ย่อมย่ำยีใจเราไม่ได้ ท่านย่อมไม่ขัดเคืองหรือเศร้าหมองในอนิฏฐารมณ์ทั้งความยินดีหรือยินร้ายท่านกำจัดได้หรือดับสูญได้ก็เพราะอาศัยการปราศจากเสียซึ่งธุลีคือกิเลส เมื่อเราไม่โศกไม่เศร้า ไม่เสียใจ เราก็ย่อมถึงซึ่งความที่สุดแห่งธรรมเบื้องสูงของพุทธศาสนาดังต่อไปนี้คือ

๑. ให้ศึกษาพิจารณาให้เห็นและเชื่อว่ากรรมนั้นมีจริง เรื่องของกรรม เป็นหัวใจของผู้ปฏิบัติธรรมที่จะต้องปูพื้นฐานจิตให้เกิดความเชื่อเสียก่อนเป็นอันดับแรก เพราะกรรมเป็นอันดับแรก เพราะกรรมเป็นสาเหตุที่ทำให้สัตว์โลกต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารเพื่อรับผลแห่งกรรมดีกรรมชั่วที่ตนได้กระทำไว้พระพุทธองค์ได้ตรัสบอกไว้ว่า "เรามีกรรม

เป็นของตน เรามีกรรมเป็นที่พึ่ง เรามีกรรมเป็นที่อาศัย เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ เรามีกรรมอันใดไว้จะชั่วก็ตามจะดีก็ตาม เราจะได้รับผลแห่งกรรมนั้น กฎแห่งกรรมเป็นสัจจธรรมที่พุทธองค์ได้กล่าวไว้นี้จริงหรือไม่จริง เราจะต้องพิจารณาศึกษาให้เห็นให้เชื่อ ด้วยปัญญาของเราเอง แม้เราจะยังไม่เชื่อไม่เห็นก็ตาม ก็อย่าเพิ่งถือรั้นทิษฐิมานะเห็นว่าเป็นเรื่องเหลวไหลเรื่องไม่จริง ให้รับฟังไว้ ให้ทำใจเป็นกลางไว้แล้ว ให้ทำการศึกษาพิจารณาว่าที่พุทธองค์ตรัสไว้นั้น จริงหรือไม่ประการใด กรรมเป็นของมีจริงหรือไม่ส่งผลให้เราได้รับความจริงหรือไม่ทำให้เราต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่จริง หรือไม่เราต้องศึกษาพิจารณาเห็นความจริงว่ากรรมเป็นของมีจริง ส่งผลให้เราได้รับจริงเป็นสาเหตุ ให้เราต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารนี้จริง เป็นไปตามที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบและตรัสบอกไว้ ก็จะทำให้เราเชื่อในเรื่องบุญเรื่องบาปไม่มีทัศนะคติว่าตายแล้วสูญ แต่จะเชื่อว่าเมื่อตายแล้ว เราต้องเวียนกลับมาเกิดเพื่อรับผลแห่งกรรมดี กรรมชั่วที่เราได้ประกอบไว้ เมื่อเราเชื่อและเห็นความจริงดังกล่าวก็ดังกล่าว ก็จะช่วยให้เราละเว้นการกระทำชั่ว มุ่งแต่ทำความดีเพื่อไม่ต้องการให้เกิดในชาติต่อไปของเราต้องได้รับทุกข์ ความลำบากมากขึ้น เมื่อเรากลัวความชั่วหรือกลัวบาปก็ทำให้เราละการทำชั่วลงและมุ่งหน้าประกอบแต่ความดีเพียงการปฏิบัติสองประการดังกล่าว ก็ทำให้จิตเราเข้าสู่หัวใจของพระพุทธศาสนาได้สองข้อแล้ว คือละความชั่วทั้งปวง และทำความดีให้ถึงพร้อมเมื่อสิ่งทั้งสองเกิดขึ้นในจิตของเรา ศีลของเราก็เริ่มต้นเกิดแล้ว และจะสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นตามลำดับ ตามกำลัง ความสมบูรณ์ของสิ่งสองประการที่เราปฏิบัติได้และเมื่อใดเราปฏิบัติสิ่งทั้งสองได้สมบูรณ์ศีลของเราก็จะมีสมบูรณ์ ผู้ไม่เชื่อและมองไม่เห็นกฎแห่งกรรมจึงมุ่งแต่การกระทำความชั่ว ส่วนผู้ที่เชื่อและเห็นความจริงในเรื่องนี้ จะกระทำความชั่วได้ยาก เพราะเกรงผลแห่งความชั่วส่งมาให้ตนได้รับ นี่แหละถ้าหากเราไม่เห็นและเชื่อในกฎแห่งกรรม ศีลของเราจะไม่มีโอกาสเกิดมีขึ้นได้ และศีลนี้ถือเป็นเรื่องสำคัญ ผู้ที่จะเดินทางไปสู่การพ้นทุกข์จะต้องสร้างสมให้มีขึ้นได้โดยสมบูรณ์ ในที่สุดปัญหามีอยู่ว่าทำอย่างไรจึงจะทำให้เราพอเห็นหรือพอเชื่อได้ว่า กรรมนั้นมีจริงส่งผลให้เราได้รับจริง และเป็นสาเหตุ

ให้เราต้องเวียนว่ายตายเกิดเช่นนั้นจริงดังที่พระพุทธองค์ตรัสบอกไว้ ความจริงในเรื่องดังกล่าวจะปรากฏให้เราเห็นและเชื่อได้ โดยการศึกษาพิจารณา และติดตามดู ใช้ปัญญาขบคิดพิจารณาให้มองเห็นโดยวิธีการดังต่อไปนี้

ก. ให้พิจารณาให้เห็นว่ากรรมเกิดอย่างไร กรรมเกิดขึ้นได้จากการกระทำของเรา การกระทำในที่นี้หมายถึงการกระทำด้วยกาย ด้วยวาจาและใจ การกระทำด้วยกายด้วยวาจาเป็นสิ่งที่เห็นง่ายเพราะทุกคนเห็นอยู่รู้อยู่แต่การกระทำด้วยใจรู้ได้ยาก การกระทำจะเกิดขึ้นได้ มีหลักอยู่ว่าก่อนที่เราจะกระทำสิ่งใด เราจะต้องตั้งตัวเจตนาขึ้นที่จิต ก่อนมิใช่ว่าสิ่งที่เราจะทำนั้นเป็นความดีหรือความชั่ว การตั้งเจตนาขึ้นที่จิตก่อนนี้แหละ คือการกระทำทางใจได้เกิดแล้ว เมื่อเจตนามีพลังสูงจึงบังคับให้เกิดการกระทำทางกายหรือทางวาจาขึ้น คนเราจะทำอะไรออกไป โดยไม่ตั้งเจตนาขึ้นที่จิตก่อนไม่มี เมื่อตัวเจตนาเกิดขึ้นที่จิตพลังกรรมที่สะสมหรือเกิดขึ้นที่จิต ทำให้จิตมีพลังกรรมนั้นสะสมไว้การสร้างกรรมจิตเป็นผู้สร้างใช้กายเป็นผู้ช่วยสร้าง และจิตรับกรรมก็ใช้กายรับ ด้วยเหตุนี้การที่เราเกิดมามีกายเนื้อ ก็เพื่อรับกรรมที่จิตได้สร้างสะสมไว้ ถ้าไม่มีกายเนื้อกรรมก็ส่งผลให้จิตรับไม่ได้ ดูแต่องคุลีมาลเถิดฆ่าคนนับจำนวนไม่ถ้วน ได้สร้างกรรมไว้แล้วมหาศาล องคุลีมาลจะต้องได้รับกรรมนั้นตามสัจจธรรมขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ตรัสไว้ จะไม่รับหรือเป็นอโหสิกรรมไม่ได้เป็นการผิดสัจจธรรม การที่องคุลีมาลบรรลุพระอรหันต์ได้ เป็นเพราะกรรมเหล่านั้นยังมิทันส่งผล องคุลีมาลรับกรรมได้ หากกรรมมาเกิดมีกายเนื้อได้อีก กรรมทั้งหลายจึงไม่สามารถส่งผลให้องคุลีมาลรับกรรมได้ หากกรรมมาเกิดเป็นกายเนื้อเมื่อไรเมื่อกรรมส่งผล องคุลีมาลต้องรับผลแห่งกรรมนั้น ๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้การที่ยกเรื่องอย่างนี้ขึ้นมากล่าวก็เพื่อให้เห็นว่าการที่เราเกิดมามีกายเนื้อนี้เพื่อมารับกรรมจริงหรือไม่ กรรมนั้นไม่ว่าดีหรือชั่ว เมื่อเราได้กระทำลงไปแล้วย่อมส่งผลให้เราได้รับทั้งนั้น โดยไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้ จงพิจารณาให้เห็นเถิด

ข. ให้พิจารณาให้เห็นและเชื่อว่ามนุษย์ประกอบด้วยกายและจิตจริง หากเรามองไม่เห็นและไม่เชื่อว่ามนุษย์นี้มีกายจิตจริง ก็ยากที่จะทำให้เราเชื่อว่ากรรมมีจริง ส่งผลจริง

เรื่องของกายทุกคนเห็นเชื่อ แต่เรื่องของจิตเป็นสิ่งไม่มีตัวตน ยากที่จะเชื่อและเห็นหากเราพิจารณาดูมนุษย์ทั้งหลาย กายของแต่ละคนเปรียบเสมือนรูปวัตถุ มีอวัยวะทั้งภายนอกและภายในเหมือนกันหมดเหตุใดจึงมีรูปร่างลักษณะผิวพรรณสติปัญญานิสัยใจคอ ความประพฤติแตกต่างกัน มีสภาพมั่งมี ยากจน ทุกข์สุข แตกต่างกัน ที่เรามักกล่าวว่า "คนเหมือนกันแต่ไม่เหมือนกัน" แม้แต่พี่น้องท้องเดียวกัน หรือพี่น้องฝาแฝดที่คลอดตามกันออกมาในระยะใกล้กันหรือฝาแฝดติดกัน ก็ยังหามีอะไรเหมือนกันไม่ การที่ต้องผิดแผกแตกต่างกันนี้ก็ด้วยอำนาจแห่งวิบากกรรมดีหรือชั่วที่เขากระทำไว้ซึ่งสะสมอยู่ในจิต เมื่อจิตนั้นลงปฏิสนธิในกายเนื้อ จึงบังคับให้กายเนื้อ จึงบังคับให้กายเนื้อได้รับสภาพความเป็นไปตามวิบากกรรมนั้นซึ่งตรงกับที่พระพุทธองค์ตรัสไว้จริงหรือไม่ว่า เรามีกรรมเป็นของตัว เรามีกรรมเป็นที่พึ่ง เรามีกรรมเป็นที่อาศัย เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ เรามีกรรมอันใดไว้จะชั่วก็ตามจะดีก็ตามเราจะได้รับผลแห่งกรรมนั้น จงพิจารณาให้เห็นความจริงในคำตรัสบอกของพระพุทธองค์ท่าน

ค. ให้ศึกษาพิจารณากับผู้รู้ เมื่อมีผู้ใดปฏิบัติธรรมได้ หรือผู้ใดมีความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมให้หมั่นไปสนทนาซักถามไล่เลียงข้อสงสัย ที่เรายังสงไม่เห็นหรือไม่เชื่อให้สิ้นสงสัย เพื่อจะได้เห็นกฎแห่งกรรมและเชื่อมั่นไม่สงสัยลังเลต่อไปหรือ ณ สถานที่ใดมีการประชุมสนทนากันในเรื่องนี้ก็ให้ไปศึกษาไปพิจารณาไปฟัง หรือหนังสือทั้งหลายที่ผู้รู้เขียนไว้ ให้นำมาอ่านพิจารณาในที่สุดความสว่างก็จะเกิดขึ้น ทำให้เห็นว่าเรื่องของกรรมนั้นมีจริงหมดความสงสัย

ง. ไปศึกษาพิจารณาสำนักที่ช่วยเหลือความทุกข์ของมนุษย์ อาจเป็นสำนักประทับทรงหรือสถานปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะสำนักประทับทรงมีสิ่งที่น่าศึกษาและให้ความรู้หลายด้าน เช่น วิญญาณที่ลงมาประทับทรงในร่างมนุษย์หรือให้ในการบำบัดทุกข์ให้แก่มนุษย์ จะกล่าวว่ามูลเหตุของความทุกข์นั้นมาจากกรรมที่ผู้นั้นได้กระทำไว้ในอดีตชาติ เมื่อแนะนำการแก้กรรมให้ ความทุกข์ทางกรรมช่วยแก้ไขได้ หรือวิญญาณที่ลงสิงร่างมนุษย์ ในการอาฆาตจองเวรจองกรรมนั้นทำให้ผู้นั้นเกิดความผิดปกติขึ้น ซึ่งเมื่อให้วิญญาณนั้นออกจากไปแล้ว

ความผิดปกติก็หมดไปรวมถึงการระลึกชาติอย่างนี้เป็นต้น การที่แนะนำให้ไปพิจารณาศึกษานี้ มิใช่แนะนำให้ท่านไปหลงเชื่องมงายเรื่องการประทับทรงหรือไปยึดเกาะเรื่องนี้ แต่ต้องการให้ไปศึกษาพิจารณาเอาสติปัญญาของเราที่มีอยู่แล้ว เข้าขบคิดเหตุผล เพื่อให้เห็นและเชื่อว่ากรรมนั้นมีจริง คนเราประกอบด้วยกายและจิตจริง ความตายเป็นการสูญสิ้นทางกายแต่ตัวจิตเป็นตัวของเราจริงๆ นั้นหาได้สูญสิ้น ยังคงอยู่และเวียนกลับมาเกิดได้อีก เมื่อเราพบความจริงเช่นนี้แล้ว ก็ให้นำความจริงหรือสิ่งที่เราเห็นเราเชื่อแล้วนี้ หันเข้าหาทางของพระพุทธองค์ต่อไป อย่าเกาะอย่ายึดการประทับทรงเป็นที่พึ่งหรือการเดินทาง เหมือนบางท่านที่เกาะอยู่ยึดอยู่ ซึ่งทำให้การเดินทางต่อไปต้องหยุดชะงักเพราะครูเราท่านมีภูมิเท่านั้น เราจะสูงไปกว่าครูไม่ได้อย่างไร แต่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นบรมครู มีภูมิปัญญาสูงไม่มีผู้ใดเทียบเท่า และทรงเป็นผู้ค้นพบทางเดินการหลุดพ้นจากความทุกข์ถ้าเราเดินตามทางของพระพุทธองค์ท่าน เราย่อมพบการหลุดพ้นเช่นเดียวกัน

ในเรื่องกรรมเป็นของมีจริง ส่งผลให้เราได้รับจริงเป็นมูลเหตุให้เราต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารไม่จบสิ้น ท่านจะต้องพิจารณาให้เห็นและเชื่อด้วยปัญญาตนเอง อย่าเห็นและเชื่อเพราะครูบาอาจารย์บอกให้เชื่อหรือเห็นคนอื่นเชื่อก็ตามกันเพราะการเห็นและเชื่อในแบบหลังนี้ไม่หนักแน่นมั่นคงอาจล้มเลิกหรือเกิดความสงสัยลังเลขึ้นได้ โปรดระลึกไว้ว่าผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ หากพื้นฐานของจิตยังไม่เห็นและเชื่อเรื่องของกรรมแล้วก็อย่าพึ่งเข้าปฏิบัติธรรมเลย เมื่อเราไม่เชื่อว่ากรรมเป็นของมีจริงเราย่อมจะเลิกการทำชั่วและทำดีไม่ได้ เมื่อเป็นเช่นนี้ศีลของเราจะบริสุทธิ์ไม่ได้เพราะจิตที่บริสุทธิ์ผ่องใสต้องใช้จิตที่มีศีลเป็นภาชนะรองรับ นี่แหละเหตุผลทำไมเราต้องปูพื้นฐานจิตของเราให้เกิดความเชื่อมั่นในเรื่องของกรรมเสียก่อนเป็นอันดับแรกแม้การเริ่มต้นจะยังไม่เชื่อทีเดียว แต่ก็ให้มีความเชื่อเป็นรากฐานอยู่บ้างเมื่อได้ปฏิบัติธรรมต่อไป ความเชื่อก็จะเพิ่มมากขึ้นและในที่สุดจะเชื่อโดยสิ้นเชิงเมื่อตัวญาณเกิดขึ้นกับจิตของเราแล้ว

๒. ให้ศึกษาพิจารณา ให้เห็นและเชื่อว่ามนุษย์ประกอบด้วยกายและจิต เรื่องนี้ได้กล่าวในตอนต้นบ้างแล้วการที่ต้องให้ศึกษาและพิจารณาให้แห็นและเชื่อว่ามนุษย์ประกอบด้วยกายและจิตนับว่ามีความสำคัญเพราะหากไม่เชื่อความจริงข้อนี้จะให้เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมได้อย่างไร ถ้าเชื่อมนุษย์มีแต่กายไม่มีจิตแล้ววิบากกรรมและการเวียนว่ายตายเกิดย่อมไม่มีเพราะคนเราเมื่อตายกายแตกสลายเห็นชัดอยู่ แต่ถ้าเราเชื่อว่ามนุษย์มีทั้งกายและจิตก็จะทำให้เชื่อเรื่องวิบากกรรม และวิบากกรรมสะสมอยู่ที่ตัวของจิต แต่ตัวจิตที่มีวิบากกรรมนี้จะต้องเวียนไปปฏิสนธิ ในกายเนื้อเกิดรูปใหม่เพื่อรับวิบากกรรม ถ้าเราเชื่อว่ามนุษย์ประกอบด้วยกายและจิต เราก็ย่อมเชื่อกฎแห่งกรรมนั้น และถ้าเชื่อกฎแห่งกรรมก็ย่อมเชื่อว่ามนุษย์เราประกอบด้วยกายและจิต เพราะทั้งสองอย่าสัมพันธ์กัน เมื่อเห็นอย่างหนึ่งก็ย่อมเห็นอีกอย่างหนึ่ง เมื่อเชื่ออย่างหนึ่งก็ย่อมต้องเชื่ออีกอย่างหนึ่ง ธรรมของพระพุทธองค์แม้จะมีมากมายสรุปคำสอนย่อสั้นได้เรื่องเป็นของกายและจิตเท่านั้น แม้วิชาจิตวิทยาทางโลกก็เห็นและเชื่อว่ามนุษย์เราประกอบด้วยกายและจิต มิใช่มีกายอย่างเดียว ดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรมตามแบบพระ-พุทธองค์ก่อนการปฏิบัติจึงจำเป็นต้องศึกษาพิจารณาให้เห็น และเชื่อว่ามนุษย์เราประกอบด้วยกายและจิตจริง หากยังมิเห็นความจริงข้อนี้ อย่าพึ่งปฏิบัติธรรม จะทำให้จับจุดไม่ถูก การปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องของการฝึกฝนจิตเมื่อเราถือว่าจิตไม่มีก็ไม่รู้จะไปฝึกฝนเอากับอะไร

๓. ให้ศึกษาพิจารณาให้เห็นค่าของพระรัตนตรัย การให้ศึกษาและพิจารณาให้เห็นคุณค่าของพระรัตนตรัยนั้น นับว่ามีความสำคัญ เพราะพระรัตนตรัยอันได้แก่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ถือได้ว่าเป็นที่พึ่งของจิตตรงข้ามกับวัตถุทั้งหลายที่เราใช้อยู่มีอยู่ทางโลกนี้ ถือเป็นที่พึ่งของกาย ซึ่งเมื่อกายของเราแตกสลาย วัตถุทั้งหลายเหล่านั้น ก็หมดความจำเป็นในการเป็นที่พึ่งของเราขณะที่เรามีชีวิตอยู่ จิตของเราก็หาได้พึ่งวัตถุเหล่านี้ไม่ โดยปกติจิตของคนเรา จะอยู่อย่างลอยไม่มีที่ยึดเกาะไม่ได้บางกลุ่มชนจึงเชื่อและยึดภูติผีปีศาลเป็นที่พึ่งของจิต บางกลุ่มชนยึดต้นไม้ ยึดภูเขา ยึดไฟเป็นที่พึ่งของพระเจ้าหรือศาสนาเป็นที่พึ่งของจิต พระรัตนตรัยถือเป็นสิ่งคุ้มครองจิต เป็นสิ่งช่วยหล่อหลอมไปในทางดีทางสูงเราศาสนิกชนจึงยึดพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ผู้ใดยึดได้มั่นยึดได้แน่น ก็เจริญขึ้นสูงขึ้น ผู้ใด

ทำได้น้อยยึดได้น้อยยึดได้น้อยก็เจริญน้อยสูงน้อยตามกำลัง เมื่อเรารู้ว่าพระรัตนตรัย เป็นที่พึ่งของจิตซึ่งปัจจุบันนี้เราก็พึ่งอยู่แล้วเมื่อความจริงเป็นเช่นนี้ ในการที่เราจะไปยึดและพึ่งพระรัตนตรัยนั้น จึงจำเป็นที่เราจะต้องศึกษาพิจารณาให้เห็นว่าพระรัตนตรัยนี้มีคุณค่า มีความดีแท้จริงหรือไม่อย่างไร เมื่อเข้าไปเกาะไปยึดแล้ว จะเป็นที่พึ่งแก่จิตของเราได้จริงหรือไม่ เพราะผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์เมื่อมองเห็นกฎแห่งกรรมตามที่พระพุทธองค์ชี้บอก จะสละละทิ้งเรื่องทางวัตถุแล้วเข้ายึดเกาะพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งแทน ฉะนั้น ถ้าเราไม่ศึกษาพิจารณาให้เห็นคุณค่าความดีเด่นของพระรัตนตรัยให้เห็นแล้วเราก็อาจสงสัยลังเลว่าจะเป็นที่พึ่งได้จริงอย่างไร ซึ่งต่างกับการพึ่งวัตถุเราเห็นประโยชน์อยู่แล้ว ปัญหามีว่าเราจะศึกษาพิจารณาให้เห็นคุณค่าของพระรัตนตรัยได้อย่างไร ข้าพเจ้าคิดว่าพุทธประวัติได้รวมสิ่งดังกล่าวไว้ทั้งหมด เพราะพระธรรมก็อาจมาจากพระองค์ท่าน พระอริยสงฆ์ก็มาจากพระองค์ท่านหากเราได้ศึกษาพิจารณาพุทธประวัติโดยละเอียด จะทำให้เราทราบคุณค่าและความดีเด่นของพระรัตนตรัยได้ชัดเจน

องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นผู้ให้กำเนิดพระพุทธศาสนา เป็นผู้ค้นพบกฎแห่งกรรม และทางเดินของสัตว์โลกในวัฏสงสาร เป็นผู้ค้นพบทางเดินเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ เราต้องศึกษาประวัติความเป็นมาของพระพุทธองค์ท่านให้ชัดแจ้ง ว่าทรงเสียสละความสุขที่เพียบพร้อมแล้ว ไปรับความลำบากทุกข์ยากเพื่อค้นหาทางช่วยสัตว์โลกให้พ้นทุกข์ ทรงมีความบากบั่นพากเพียรบำเพ็ญในเวลาอันยาวนานนับภพนับชาติไม่ได้ ทรงชำระจิตขององค์ท่านจนบริสุทธิ์ ทรงสร้างบารมีมาด้วยความลำบากอย่างสมบูรณ์ ทรงมีปัญญาอันล้ำเลิศรู้ในสิ่งทั้งปวง ทรงมีเมตตาคุณต่อสัตว์โลก ในการขนสัตว์โลกออกจากวัฏสงสาร เมื่อเราทราบประวัติความเป็นมาของพระองค์ท่านก็จะทำให้จิตเรามีความเลื่อมใสศรัทธาในพระองค์ท่าน เคารพเทิดทูนบูชาในวิริยะอุตสาหะและการเสียสละของพระ-องค์ท่านตลอดจนความดีทั้งปวง อันยากที่จะหาผู้ใดเสมอเหมือน เมื่อเราเกิดศรัทธาในองค์ท่านอย่างสูงสุดแล้ว เราก็ย่อมเกิดความเชื่อ เกิดความใคร่ปฏิบัติตามพระองค์ท่าน นั่นก็หมายความว่าเรามีพระพุทธองค์คือองค์สัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งจิตของเราโดยสมบูรณ์แล้ว เมื่อจิตเราเห็นเชื่อบูชาในพระองค์ท่าน

พระธรรม คือคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ความจริงพระธรรมนี้มิใช่สิ่งลึกลับซับซ้อน เป็นเรื่องที่มีอยู่ตามธรรมดาหรือตามธรรมชาติ แต่เพราะเรามิได้จับขึ้นมาสังเกตพิจารณามองข้ามไปเสีย จึงไม่แลเห็นในความจริงตามธรรมดาหรือตามธรรมชาติ พระธรรมที่พระองค์นำมา สั่งสอนมีทั้งระดับขั้นต้น ขั้นกลาง และขั้นสูงสุดแต่ระดับปัญญาของแต่ละบุคคล ที่จะมองเห็นได้ทรงชี้ให้เห็นว่าการทำชั่วจะเกิดผลอย่างไร การละความชั่วได้เกิดผลอย่างไร การทำความดีได้ครบถ้วน เกิดผลอย่างไร การทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสสามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ได้จริงอย่าไร เรื่องธรรมนั้นไม่ใช่เรื่องที่จะใช้ศึกษาเพื่อเป็นความรู้ เพราะไม่เกิดประโยชน์หรือให้ผล แต่ประโยชน์และผลจะเกิดแก่บุคคลที่ประพฤติปฏิบัติตามธรรมเท่านั้น ดังนั้นพระพุทธองค์จึงตรัสว่า "ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม" หมายความว่า ผู้ใดประพฤติธรรมให้สมบูรณ์แล้ว ผู้นั้นย่อมไม่เดินทางไปสู่ความตกต่ำมีแต่ความเจริญงอกงามเพราะผู้ประพฤติธรรมคือผู้เดินทางอยู่ในความดี ความดีจะส่งผลให้ได้รับทั้งปัจจุบันและอนาคตชาติ ถ้าจะพิจารณาถึงธรรมที่พระพุทธองค์สอนไว้อาจได้เป็น ๓ ประเภทคือ ธรรมอันเป็นข้อห้ามไม่ให้ประพฤติปฏิบัติธรรมอันเป็นข้อกำหนดให้ต้องประพฤติปฏิบัติ และธรรมที่เป็นกลาง ๆ ถึงไม่ปฏิบัติก็ไม่เกิดโทษ แต่ถ้าปฏิบัติได้ก็เป็นคุณ ทั้งนี้เพื่อเป็นไปตามกำลังของผู้ปฏิบัติจะปฏิบัติได้ แต่การเดินทางเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ จำเป็นต้องปฏิบัติอย่างสมบูรณ์ ทั้งนี้เพื่อให้ศีลสมบูรณ์และบุญบารมีสมบูรณ์พอประมาณ ธรรมที่พระองค์ตรัสไว้ทุกถ้อยคำ ทุกประโยค เป็นเนื้อแก่นที่มีความจริงแต่ที่เรามองไม่เห็นเป็นความจริงเพราะปัญญาของเรามีน้อยจึงไม่เห็นความจริงนั้น ไม่เห็นแม้สภาพธรรมดาและที่เป็นธรรมชาติ

ปัญหามีต่อไปว่า เราจะมองเห็นและเชื่อธรรมไปเพื่อประโยชน์อันใด ธรรมมีมากมายเราจะประพฤติ ปฏิบัติตนไหวหรือ ปัญหาเรื่องนี้ไม่หนักหนา พระพุทธองค์กล่าวว่า "ละความชั่วทั้งปวงทำความดีให้ถึงพร้อมทำจิตใจให้ผ่องใส เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ เมื่อหัวใจของพระพุทธศาสนามีเพียงเท่านี้ ธรรมที่พระองค์ท่านตรัสสอนไว้ก็เป็น

เรื่องการประพฤติปฏิบัติ เพื่อให้ได้สิ่งทั้งสามนี้มาเท่านั้น ดังนั้นการศึกษาพิจารณาธรรมของพระองค์ท่าน ธรรมขั้นต้นก็คือการทำให้เราละความชั่วทั้งปวง ธรรมขั้นกลางก็คือการประพฤติปฏิบัติความดีให้ถึงพร้อม ธรรมขั้นสูง ก็คือการประพฤติปฏิบัติเพื่อทำจิตให้ผ่องใสเพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์ โดยสิ้นเชิง นอกจากนั้นการเข้าใจมองเห็นและเชื่อปฏิบัติตามไม่ใช่ทำให้เรามีความเจริญงอกงามประการเดียว ยังสามารถทำให้เรามองเห็นการประพฤติ-ปฏิบัติของผู้อื่น แม้แต่ผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันเอง ว่าผู้นั้นประพฤติปฏิบัติถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง ตามเส้นทางเดินของพระพุทธองค์ จะรู้จะเห็นว่าผู้ปฏิบัติธรรมผู้ใดกำลังสะสมวิบากกรรมดีหรือวิบากกรรมชั่วอยู่ หรือกำลังบำเพ็ญปฏิบัติเพื่อสลัดทั้งวิบากกรรมดีและวิบากกรรมชั่วออกจากจิตของตน ถ้าเรามีธรรมเป็นที่พึ่งของจิต จิตเราจะไม่เดินหลงทางธรรมข้อใดที่พระองค์กำหนดห้ามเราก็ไม่ประพฤติธรรมข้อใดที่พระองค์กำหนดให้ประพฤติเราก็ประพฤติ ธรรมข้อใดที่ไม่ให้โทษแก่ผู้ไม่ประพฤติแต่ให้คุณกับผู้ประพฤติได้เราก็ต้องเพียรพยายามประพฤติให้เกิดมีขึ้นนี่แหละ จึงเป็นความจำเป็นที่ผู้ประพฤติธรรมตามแบบพระพุทธองค์ จำเป็นจะต้องมองเห็นเชื่อและปฏิบัติตามธรรมนั้นได้ ส่วนปัญหาว่าธรรมมีมากมายจะปฏิบัติไหวหรือถ้าเราจะเอาเพียงเวียนภพเวียนชาติ ให้มีความสุขความเจริญมากกว่าในชาติปัจจุบันก็ให้ปฏิบัติตามธรรมขั้นต้นไว้คือ และความชั่วทั้งปวง การละความชั่วทั้งปวงจะทำได้อย่างไร ทำได้โดยอย่าให้ผู้อื่นต้องได้รับทุกข์ หรือเดือดร้อนจากการกระทำของเราไม่ว่าด้วยกาย วาจา และใจหรือยึดเป็นหลักย่อ ๆ ว่าคิดดีคิดชอบ ปฏิบัติชอบ คือเราจะคิดอะไรกับใครเราดีด้วยผู้รับเขาชอบด้วยเราจะทำต่อผู้อื่นด้วยกายวาจาต้องดีเราด้วย และผู้รับเขาชอบด้วยผลของการกระทำ จะเกิดขึ้นเป็นกรรมดีแต่ถ้าเราคิดอะไรดีเราแต่ผู้รับเขาไม่ชอบหรือเราจะกระทำด้วยวาจาต่อผู้ใดดี เราแต่ผู้รับเขาไม่ชอบ ผลการกระทำเช่นนี้เป็นกรรมชั่ว เมื่อเราสั่งสมแต่ความดี ผลแห่งกรรมดีย่อมจะสนองเราไม่ในปัจจุบันกับอนาคตชาติ แม้เราจะเวียนว่ายตายเกิด ชีวิตความเป็นอยู่ของเราก็ย่อมจะเจริญงอกงามมากไปกว่าปัจจุบันชาติแน่นอน

พระอริยสงฆ์ หมายถึงพระอรหันต์ สาวกของพระพุทธองค์ ซึ่งประพฤติปฏิบัติตามทางที่พระพุทธองค์ชี้บอก จนสามารถเดินทางหลุดพ้นจากความทุกข์ได้ จำเป็นที่เราจะต้องศึกษาพิจารณาให้เห็นในความวิริยะอุตสาหะบำเพ็ญเพียรของท่าน แต่ละองค์เข้ามาสู่พระพุทธศาสนา ด้วยวิธีการและลักษณะแตกต่างกัน มีฐานะ ความเป็นอยู่และวรรณแตกต่างกันแต่ละองค์สามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ในชาติเดียว ด้วยการแนะนำชี้ทางจากพระ-พุทธองค์ พระอรหันต์สาวกแต่ละองค์ต่างมีความเก่งกล้าสามารถในด้านต่างกัน ความเก่งกล้าสามารถนั้น ได้บำเพ็ญมาเช่นไร พระอรหันต์สาวกเหล่านั้นได้รับการยกย่องเกือบเสมอด้วยพระพุทธองค์ ในการบำเพ็ญเพียรทำกิเลสให้สิ้น ประโยชน์ที่เราจะได้รับจากการศึกษาพระอรหันต์สาวกเหล่านี้ก็คือ ท่านเป็นบุคคลธรรมดาเหมือนกับเราทั้งหลาย ได้รับการแนะนำชี้ทางจาก พระพุทธองค์จึงได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ แม้พระองค์ท่านจะปรินิพพานไปแล้ว แต่คำแนะนำชี้แจงของพระองค์ท่านยังอยู่คือพระธรรมคำสั่งสอน หากเราได้ประพฤติปฏิบัติตาม เราจะต้องหลุดพ้นจากความทุกข์แน่นอน ในวันหนึ่งของอนาคตชาติมิชาติใดก็ชาติหนึ่ง

ในการศึกษาพุทธประวัติ จะทำให้ทราบความเป็นมาของพระพุทธองค์ท่านพระ-ธรรมคำสั่งสอน การเกิดขึ้นขององค์อรหันต์สาวก เมื่อได้ศึกษาพิจารณาให้ลึกซึ้งในที่สุดจะทำให้เราเห็นว่าพระรัตนตรัยนี้เป็นสิ่งมีค่าสูงสุดหามีสิ่งอื่นใดเปรียบเทียบได้ไม่ มิว่าแก้วแหวนเงินทรัพย์สินหรือสิ่งใดที่เรารักหลงหวงแหนยิ่งดวงใจหรือในปัจจุบันนี้ ยิ่งเมื่อเราพิจารณาเห็นแล้วว่ากรรมมีผลจริง กรรมเป็นเหตุทำให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดไม่มีที่สิ้นสุดซึ่งเราแต่ละคนก็ได้เกิดมาคนละหลายภพหลายชาติแล้ว เราได้เคยสูญเสียสิ่งที่เราเคยรักเคยหวงแหน แม้แต่ชีวิตของเราเองก็ได้ตายมาแล้วนับจำนวนครั้งไม่ถ้วนเมื่อร่างกายเราแตกสลายลง วัตถุทั้งหลายอันเป็นสมบัติของโลกเป็นที่พึ่งของกาย เป็นที่พึ่งของจิต ซึ่งเป็นที่พึ่งของเราได้ทุกภพทุกชาติเพราะพระรัตนตรัยจะคุ้มครองจิต หล่อหลอมจิตให้สะสมแต่กรรมดี และความผ่องใส เมื่อกรรมมีผลจริง วิบากกรรมของอันเป็นความที่ดีมีพระรัตนตรัยคุ้มครองหล่อหลอมให้ย่อมส่งผลให้เราได้สูงขึ้นเจริญขึ้น ในภพชาติอนาคตการที่บุรุษเพศ

เข้าไปบวชหนึ่งพรรษา คือสามเดือน ก็เพื่อมุ่งให้ผู้นั้นได้มีโอกาสได้ศึกษาพิจารณาพระรัตนตรัยให้เป็นและเข้าใจอย่างละหนึ่งเดือนรวมแล้วสามเดือนคือหนึ่งพรรษา หากผู้บรรพชาได้ย้อมจิตของตนเองให้เข้าอยู่ในกระแสแห่งพระรัตนตรัยนี้แล้ว และนำกลับมาประพฤติปฏิบัติตอนเป็นฆราวาสเขาย่อมอยู่เป็นสุขในชีวิตของฆราวาส เพราะพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่ยึดได้จริงและส่งผลให้แก่ผู้เลื่อมใสศรัทธา ประพฤติปฏิบัติตาม ได้รับความสุขความเจริญทั้งในปัจจุบันและอนาคตสืบต่อ ๆ ไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์และยึดพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอย่างเดียว ไม่มีสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นที่พึ่ง จึงจำเป็นที่ผู้ปฏิบัติธรรม จะต้องศึกษาพิจารณาให้เห็นคุณค่าอันประมาณมิได้ก่อนเข้าปฏิบัติธรรม

๔. ให้ศึกษาพิจารณาให้เห็นไตรลักษณ์ คือให้ศึกษาพิจารณาให้เห็นว่าสิ่งทั้งหลายแม้แต่ตัวของเราเอง ตั้งอยู่ในกฎของไตรลักษณ์ คือมีความทุกข์ ตั้งอยู่บนความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีความคงทนถาวรเป็นตัวตนอยู่ได้ คือเป็นทุกขัง อนิจจัง อนัตตา พระพุทธองค์ตรัสสอนไว้ว่า “สิ่งทั้งปวงที่เกิดแล้วเป็นแล้วอันปัจจัยปรุงแต่งแล้ว ย่อมมีความทรุดโทรมและสิ้นไปเป็นธรรมดา จะขอร้องมิให้ทรุดโทรมไปนั้นมิใช่ฐานะที่เป็นได้ แต่เพราะเรารู้เท่าไม่ถึงเหตุผลความเป็นจริงพระอวิชชาได้ครอบงำจิตเราไว้ จึงมองไม่เห็นความทุกข์ ความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งหลาย ความไม่คงทนถาวรคงสภาพอยู่ของสิ่งทั้งหลาย แม้การที่เราเกิดมาและการดำรงชีวิตประจำวัน ถ้าเราพิจารณาก็จะเห็นว่า มีความทุกข์เพียงใด สภาพของร่างกายซึ่งกำลังเดินทางไปสู่ความแตกสลาย เราก็มิได้พิจารณาเห็น เพราะการยึดเกาะทางโลกทำให้เราลืมกฎแห่งไตรลักษณ์นี้ไป เราจึงวุ่นวาย สร้างความทุกข์ให้เกิดขึ้นมากยิ่งขึ้นเมื่อยิ่งสะสมยิ่งยึดเกาะ เพราะเราลืมไปคล้ายว่าชีวิตเราจะไม่สูญสลายไปจากสิ่งเหล่านั้นแต่ถ้าผู้ใดพิจารณาให้เห็นในสภาพความเป็นจริงของกฎไตรลักษณ์ คือ ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ผู้นั้นย่อมจะละลายในบั้นปลายชีวิตก็จะต้องสละละทิ้ง สิ่งทั้งหลายที่เคยรักเคยหวงแหนยึดเกาะ ใครเล่าจะรู้กำหนดความตายของตนว่าวันใด เมื่อใด เมื่อวันนั้นมาถึง เราก็ต้องละทิ้งสิ่งทั้งหลายไว้ในโลกหานำติดตัวเราไปได้ไม่ นอกจากวิบากกรรม

ดีชั่วที่เราได้กระทำไว้ในขณะมีชีวิตอยู่เท่านั้น ซึ่งเป็นสมบัติที่เราจะนำติดตัวไปได้จริงและส่งผลให้เราได้รับในภพชาติต่อไป

การที่ให้ศึกษาพิจารณากฎแห่งไตรลักษณ์ คืออนิจจัง ทุกขังอนัตตา ก็เพื่อให้เรามองตัวเรา เห็นว่าตั้งอยู่บนความทุกข์ และความไม่เที่ยงแท้คงทนถาวร เรามีความตายอยู่เบื้องหน้า คือกำหนดวันที่เราจะต้อาสละละทิ้งสรรพสิ่งทั้งหลายไว้ในโลก การยึดการเกาะต่อสิ่งทั้งหลาย การหลงการรักต่อสิ่งทั้งหลาย ก็จะสลัดตัดออกไปจากจิตของเราผู้ใดมองเห็นทุกขัง อนิจัง อนัตตา ชัดแจ้งเพียงใด การตัดการละวัตถุและเรื่องของโลกก็เกิดมากเพียงนั้น ดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรมหากยังไม่เห็นความจริง ในกฎของไตรลักษณ์ก็ย่อมเป็นอุปสรรคของการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติธรรมของพระองค์ท่าน เป็นการฝึกฝนในเรื่องการตัด การละ ถ้าหากมองไม่เห็นความจริงของกฎไตรลักษณ์ก็ย่อมจะมองเห็นเรื่องของทางโลกเป็นสิ่งสำคัญ การตัดการละย่อมเกิดได้ยาก และว่ายิ่งกว่านั้น เมื่อมองไม่เห็นกฎแห่งไตรลักษณ์ก็ทำให้มองไม่เห็นคุณค่าของพระรัตนตรัย เมื่อผู้นั้นมีวัตถุทางโลกเป็นที่พึ่ง ก็มองไม่เห็นความสำคัญที่จะต้องพึ่งพระรัตนตรัย ฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมก่อนการปฏิบัติจึงต้องศึกษาพิจารณากฎแห่งไตรลักษณ์นี้ ให้เห็นในความเป็นจริงเสียก่อนซึ่งนับว่าจำเป็นแก่ผู้ปฏิบัติธรรม

๕. ให้ศึกษาพิจารณาสภาพจิตของอริยบุคคล เหตุใดเราต้องศึกษาสภาพจิตของอริยบุคคลมีเหตุผลเพราะการที่เราปฏิบัติธรรม ก็เพื่อฝึกฝนจิตเราไปสู่สภาพจิตนี้ เมื่อเราทราบจิตของอริยบุคคลแล้ว จะช่วยให้เรารู้สภาพจิตของเรา ว่าใกล้เคียงหรือห่างไกลจากจิตของท่าน เมื่อเราปรารถนาปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ ก็จะได้ปฏิบัติตรงเพื่อให้สภาวะจิตของเรามีคุณลักษณะเหมือนจิตของอริยบุคคล โดยไม่ต้องอ้อมค้อมวกวน และนอกจากนั้นการรู้สภาพจิตของอริยบุคคล ช่วยให้เรามองดูผู้ปฏิบัติธรรมอื่น ๆ ว่าปฏิบัติได้ขั้นอริยบุคคลแล้วหรือไม่ จึงจำเป็นที่ผู้ปฏิบัติธรรม ควรได้ศึกษาสภาพจิตของอริยบุคคลให้ทราบว่า อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยป้องกันตนมิให้ออกไปนอกทางเดินที่พระพุทธ องค์ตรัสรู้ไว้ อริยบุคคลคืออะไร ? คือบุคคลที่ผู้ปฏิบัติธรรมเข้ากระแสพระนิพพานแล้วมีอันดับชั้นจากต่ำ

ไปหาสูงคือโสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี และพระอรหันต์ ขั้นของอริยบุคคลดังกล่าวแล้ว แม้จะมีต่ำมีสูงบางครั้งก็หาห่างกันอย่างที่เราเข้าใจไม่ อาจอยู่ติดกันจนแทบจะแยกไม่ออกเพราะการปฏิบัติอาจจะเดินหน้าถอยหลังไปๆ มาๆ อยู่ เช่นปฏิบัติได้ขั้นโสดาบัน เมื่อเร่งการปฏิบัติก็อาจเดินหน้าไปถึงพระอนาคามี เมื่อหย่อนการปฏิบัติกลับมาสู่โสดาบัน ยกเว้นพระอรหันต์เท่านั้น เมื่อบำเพ็ญได้แล้วจะคงตัวไม่เดินหน้าถอยหลัง อริยบุคคลที่เราควรศึกษาก็คือพระโสดาบัน ซึ่งเป็นอริยบุคคลขั้นต้นซึ่งทุกคนเมื่อปฏิบัติธรรมแล้วจะต้องบรรลุขั้นต้นนี้ก่อนจึงจะสูงขึ้นตามขั้นต่อไปได้ ดังนั้นการรู้สภาพจิตของพระโสดาบัน จึงจำเป็นว่าพระโสดาบันท่านมีคุณลักษณะและสภาวะจิตอย่างไร ท่านมี คุณลักษณะและสภาวะจิตดังต่อไปนี้คือ

๑. ท่านมีศีลบริสุทธิ์ คือ ท่านละความชั่วทั้งปวงได้ และทำความดีให้ถึงพร้อมได้อันองค์ของศีล ที่พระพุทธองค์ทรงกำหนดให้ปฏิบัติ ท่านให้ปฏิบัติแล้วโดยสมบูรณ์ด้วยอำนาจของสติที่ควบคุมสติจิตไว้ได้ทุกอริยบถ

๒. ท่านเห็นด้วยปัญญาของท่านว่า มนุษย์ประกอบด้วยกายและจิต เห็นวิบากกรรมดีกรรมชั่วที่สะสมอยู่ในจิต เชื่อมั่นในกฎแห่งกรรมและการเวียนว่ายตายเกิด เห็นรูปกายไม่เป็นแก่นสารย่อมแตกสลายดับไป ท่านจึงไม่วิตกหรือกลัวเกรงความตาย ท่านเห็นกายเห็นจิตโดยไม่สงสัยลังเล แลเห็นว่าจิตเป็นเรื่องสำคัญไม่ใช่กาย ท่านจึงมุ่งขัดมุ่งชำระจิตของท่าน ให้ใสสะอาดยิ่งขึ้นอยู่ตลอดเวลาท่านจึงสามารถบรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ในที่สุดอาจจะเป็นไปหนึ่งชาติ สามชาติ หรืออย่างมากไม่เกินเจ็ดชาติ

๓. ท่านมีความเชื่อมั่นยึดมั่นในพระรัตตรัย ท่านเห็นในกฎของไตรลักษณ์จึงเห็นพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งของท่านได้จริง ไม่มีสิ่งอื่นใดเป็นที่พึ่งได้เพราะท่านมีความเชื่อมั่นยึดมั่นในพระรัตนตรัย จึงตัดความเชื่ออย่างอื่นโดยสิ้นเชิง ยึดพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอย่างเดียวไม่ยึดสิ่งอื่นใดเป็นที่พึ่งทั้งสิ้น

๔. ท่านมีศรัทธามีความเพียรบำเพ็ญปฏิบัติ ตามแนวทางของพระพุทธองค์โดยแน่วแน่ไม่ท้อถอย มิใช่วิธีการของลัทธิอื่นหรือวิธีอื่นมาปฏิบัติทั้งไม่ศรัทธาไม่เลื่อมใสอีกด้วย

๕. ท่านสามารถกำหนดจิต เสวยอารมณ์พระนิพพานได้ทุกโอกาสตามที่จิตกำหนดปรารถนาคือเอกัคคัตตาและอุเบกขาจิต อันเป็นจิตของฌาณสี่หรือจิตว่างนั่นเองและท่านสามารถกำหนดฌาณและฌานได้เร็ว ออกได้เร็วเข้าได้เร็ว เมื่อที่ต้องการ

๖. โสฬสหรือภาวฌาณสิบหกท่านมองเห็นแล้วครบถ้วนสมบูรณ์แต่ยังไม่แจ้งชัดเป็นบางญาณพระอรหันต์เท่านั้นที่จะเห็นแจ้งในโสฬสญาณสิบหกโดยสมบูรณ์

เนื่องจากเรารู้ลักษณะและสภาวจิตของพระโสดาบัน อันเป็นอริยบุคคขั้นต้นเช่นนี้แล้วเราก็มุ่งปฏิบัติธรรม เดินปัญญาของเราให้มองเห็นให้เกิดความเชื่อในสิ่งที่เรายังไม่มีหรือมุ่งฝึกฝนจิตของเราให้ละหรือปฏิบัติ เพื่อให้ได้มาในสิ่งที่เรายังขาดอยู่ เป็นการรวบรัดทางให้สั้นเข้า และเป็นทางตรงตามที่พระพุทธองค์ทรงชี้บอกไว้ ผู้ปฏิบัติธรรมใดที่ปฏิบัติได้ถึงพระอริยบุคคลแล้วความหวังในการหลุดพ้นจากความทุกข์ย่อมเป็นของตนเองโดยแน่นอน ผู้ปฏิบัติได้แม้จะเป็นอริยบุคคลขั้นต้น ก็ไม่จำต้องอาศัยครูบาอาจารย์อีกแล้วเพราะอำนาจฌาณที่เกิดขึ้นแล้ว จะชี้บอกให้เข้าใจทุกเรื่องไป ในสิ่งที่ตนสงสัยจึงไม่มีการหลงทาง เดินทางตรงไปได้ด้วยตัวของตัวเอง

เมื่อท่านรู้คุณลักษณะ และสภาวะจิตของอริยบุคคลขั้นต้น คือพระโสดาบันเช่นนี้แล้วท่านคงจะมองเห็นความสำคัญที่ ได้กล่าวมาแล้วว่าเหตุใดข้าพเจ้าจึงแนะนำให้ท่านปูพื้นฐานจิต ให้ความรู้ให้เห็น ให้ศรัทธาในกฎแห่งกรรมในกฎแห่งไตรลักษณ์ คุณค่าอันสูงสุดของพระรัตนตรัยและมนุษย์เรา ประกอบด้วยกายและจิตรวมทั้งการสร้างศีล ให้สมบูรณ์เพราะอริยบุคคลขั้นต้นท่านมีสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นในจิตรวมทั้งการสร้างศีลให้สมบูรณ์เพราะอริยบุคคลขั้นต้นท่านมีสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นในจิตของท่านแล้ว ด้วยการฝึก ด้วยการฝนและด้วยการละ ถ้าหากก่อนการปฏิบัติธรรม เราได้ปูพื้นฐานจิตของเราให้มีสภาวะเช่นนี้แล้ว

การเดินทางเพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์ ก็จะทำให้เราประมาณกำลังของเราถูกว่ายังอยู่ใกล้หรือไกลแค่ไหน และการรู้สภาวะจิตของพระอริยบุคคลก็เหมือนกับเรามีเป้าหมายที่จะกลับสภาพจิตของเราไปสู่จิตที่มีลักษณะเช่นนี้อันเป็นการเดินทางตรง และทางลัดดีกว่าการปฏิบัติธรรมที่ไม่รู้ทิศทางเดิม

๗. การตั้งพลังจิตในการปฏิบัติธรรม

มีความจำเป็นอย่างไรที่ต้องตั้งพลังจิตในการปฏิบัติธรรม คำตอบมีว่าจำเป็นเพราะโดยปกติงานทางโลกที่จะสำเร็จได้ ผู้ทำยังต้องตั้งจิตในการทำงานนั้นจึงจะไม่ท้อถอย งานจึงจะสำเร็จ การปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ ซึ่งเป็นงานที่ยากกว่าดังนั้นผู้ปฏิบัติจึงต้องตั้งพลังจิตให้เกิดขึ้น เป็นการตั้งพลังจิต เพื่อให้จิตของเราเดินเข้าสู่กระแสธรรมของพระพุทธองค์ให้จงได้ปัญหาเราจะต้องตั้งพลังจิตของเราอย่างไร ตั้งพลังจิตของเราดังนี้ ขั้นแรกเรารู้อยู่แล้วว่า

ก. ตั้งพลังจิตให้ศีลสมบูรณ์ ขั้นแรกเรารู้อยู่แล้วว่า หัวใจของพระพุทธศาสนาที่พระองค์ทรงสอนไว้มีอยู่สามประการคือ ละความชั่วทั้งปวงทำความดีให้ถึงพร้อมทำจิตให้ผ่องใส ละความชั่วปวงทำความดีให้ถึงพร้อมเป็นองค์ของศีลที่สมบูรณ์ การทำให้ผ่องใสหมายความถึงการชำระจิตให้ปราศจากกิเลสตัณหาอุปทานและกรรม เมื่อจิตของผู้ใดอำนาจของสิ่งดังกล่าวเบาบางลงถึงขั้น จิตนั้นก็จะผ่องใส เป็นจิตของอริยบุคลเมื่อเราทราบคำสอนของพระพุทธเจ้ามีเช่นนี้แล้วการบังคับจิตเราให้เข้าไปสู่กระแสธรรมดังกล่าวนี้คือเมื่อเราสวดมนต์ไหว้พระตามปกติประจำวันแล้ว ทำจิตให้สงบกล่าวคำอธิษฐานตั้งเป็นสัจจะออกไปว่า ด้วยบารมีขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า สิ่งใดเป็นความชั่วขอให้ข้าพเจ้าอย่างพึงทำ แม้จะคิดทำก็อย่าให้สำเร็จ สิ่งใดที่เป็นความดี ขอให้ข้าพเจ้าได้กระทำแม้จะมีอุปสรรคขัดขวางก็ขอให้ทำสำเร็จ เมื่อเราตั้งสัจจะอถิษฐานอย่างนี้ทุกวันแล้วสติจะเกิดขึ้นกับสติของเรา จะคอยกำกับจิตของเราให้ละจากความชั่วทั้งปวงบังคับจิตของเราให้ทำความดีทั้งหลาย โดยไม่เกรงกลัวต่ออุปสรรคที่มาขัดขวางและนอกจากนั้น เมื่อจิตของเราเป็นสมาธิแน่วแน่ขึ้นตาม

ลำดับ พลังแห่งสัจจะอธิษฐานนี้ จะประกาศก้องรู้กันไปโดยทั่วทั้งทางโลกและพรหมโลก ซึ่งเทพหรือพรหมบางองค์ที่มีเมตตาต่อสัตว์โลก เห็นความตั้งใจจริงของเราให้ใจจะอธิษฐานนั้นท่านจะลงมาช่วยเป็นสติปัญญาให้กับเราให้เราสามารถมองเห็นสิ่งใดชั่วสิ่งใดดี เมื่อเป็นความชั่วท่านอาจจะขัดขวางไว้ ถ้าเป็นทางดีท่านอาจจะช่วยเหลือให้สำเร็จ หรือด้วยอำนาจพลังจิตแห่งอำนาจสัจจะอธิษฐานของเราอาจจะถึงองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วท่านจะประทานความสำเร็จให้แก่เรา

ข. ตั้งพลังจิตให้ถึงพระรัตนตรัย เมื่อเราเห็นคุณค่าของพระรัตนตรัยว่าเป็นที่พึ่งของจิตเราได้จริง ก็จำเป็นที่จะต้องยึดต้องเกาะเป็นที่พึ่งให้ได้ทุกภพทุกชาติ เพราะเรายังเวียนว่ายตายเกิดอีก ยังกะประมาณภพชาติไม่ได้ถ้าเราไม่ตั้งพลังจิตยึดพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งไว้ ในภพชาติต่อไปเราอาจจะไม่ได้พบพระรัตนตรัย อาจจะไม่พบพระพุทธเจ้า ไปยึดภูติผีปีศาจ หรือไม่มีอะไรให้จิตยึดเลย ทำให้ภพชาตินั้นเสียเวลาเดินทาง เสียชาติกำเนิด โดยไม่ได้รับประโยชน์สิ่งใดเลย ด้วยเหตุนี้ผู้ปฏิบัติธรรม จึงต้องตั้งพลังจิตให้จิตเราได้ยึดได้เกาะพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง โดยวิธีการนั้นสัจจะอธิษฐานภายหลังสวดมนต์ไหว้พระประจำวันเช่นเดียวกัน โดยกล่าวว่า ข้าพเจ้าขอยึดเอาพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งทุกภพชาติแม้จะเกิดกี่ภพกี่ชาติขอให้ได้พบพระรัตนตรัย ขอให้พระรัตนตรัยเป็นที่ยึดที่พึ่ง อย่ามีสิ่งอื่นเป็นพึ่งเลย เมื่อเราเพียรตั้งสัจจะอธิฐานพลังสมาธิของเรามีสูง ความสำเร็จก็จะเกิดขึ้นกับเรา ด้วยเหตุผลเดียวกับที่กล่าวมาแล้วตามข้อ ก.

ค. ตั้งพลังจิตในการสร้างบารมี บารมีนับเป็นสิ่งสำคัญ ที่ผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ จะต้องสร้างให้เกิดมีขึ้น เพราะบารมีเปรียบด้วยอาวุธทางธรรมคล้ายศาสตราวุธซึ่งเป็นอาวุธทางโลกความสำคัญของบารมีเพื่อใช้ในการทำลายกิเลสตัณหาอุปทาน และกรรม มิให้เข้ามาสู่จิตของเราได้ บารมีสิบประการ บารมีบริวารตามอย่างไรตามดังนี้ คือ เมื่อเราสร้างศีลบารมีให้เกิดขึ้น สัจจบารมี เนกขัมมบารมีก็เกิดตามมาบารมีลงได้ ทานบารมีก็จะตามมาอย่างนี้เป็นต้น ในการตั้งพลังจิตสร้างบารมีขั้นแรกเราจะต้อง

พิจารณาให้เห็นคุณประโยชน์ของบารมี ซึ่งไม่เพียงสะกัดกั้นกิเลส ตัณหา อุปทานและกรรม เข้าสู่จิตของเราเท่านั้น ยังทำให้ชีวิตของเรามีความสุข ไม่ก่อเวรสร้างกรรมให้คนอื่นเดือดร้อน บุคคลใดจะทำให้เรากระทบกระเทือนเพียงไรจิตเราจะไม่หวั่นไหว มีแต่อโหสิกรรม ไม่มีการสืบสร้างกรรมให้เกิดขึ้นต่อไป และยิ่งกว่านั้นผู้ที่มีบารมีชีวิตในโลกก็จะประสบแต่ความสุขความเจริญงอกงาม เราจะพิจารณาให้เห็นคุณค่า ให้เห็นบารมีได้อย่างไร อาจจะคิดเห็นได้ง่าย เราเองปรารถนาคนที่โอบอ้อมอารีมีเมตตาจิต ถ้าเราสร้างตัวเมตตาให้เกิดเราก็ย่อมเป็นที่รักของคนทั้งหลาย คนที่มีศีลมีสัจจะ เราย่อมรักใคร่พอใจ เพราะคบหาแล้วไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่เรา ถ้าเราสร้างจิตเราให้มีศีลและมีสัจจะบารมีขึ้นบ้าง เราก็ย่อมเป็นที่รักใคร่ชอบพอของคนทั้งหลาย เมื่อมนุษย์ทั้งหลายมีแต่รักใคร่ชอบพอเรา ก็หมายความว่าเขาทั้งหลายไม่ได้รับความทุกข์ความเดือดร้อนอะไรจากเรา ก็หมายความว่าเราสร้างแต่กรรมดีอยู่ตลอดเวลา จิตของเราย่อมมีแต่ความผ่องใส ในการตั้งพลังจิต เพื่อสร้างบารมีไม่ใช่ของยาก เมื่อเรารู้ว่าเป็นคนไม่มีเมตตาหรือไม่มีสัจจะ หรือเป็นคนไม่มีความอดกลั้นคือขันติเราก็อธิษฐานจิตของเราเพื่อขอสร้าง แล้วก็สร้างฝึกฝนทำให้เกิดมีขึ้นให้ได้ ผู้ปราศจากบารมีชีวิตของเขาจึงมีแต่ความทุกข์และเขาอยู่ท่ามกลางกลุ่มชนใด กลุ่มชนนั้นก็จะพบความทุกข์ความเดือดร้อนจากการกระทำของเขา

ง. ตั้งพลังจิตในการสร้างสติ สติคืออะไร มีความสำคัญอย่างไรจะสร้างให้เกิดได้อย่างไรเป็นเรื่องที่ผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องเข้าใจเสียก่อน สติคืออำนาจการยับยั้งจิตเรารู้แล้วว่ากายและวาจาจะกระทำได้เมื่อจิตสั่งงานให้กระทำฉะนั้นเมื่อตัวจิตมีอำนาจคอยควบคุมยับยั้งอยู่ การกระทำทางกายและวาจาจึงเกิดขึ้นด้วยความเหมาะสม เป็นไปในทางที่ดีงาม คนเราตามปกติจิตมันวุ่นวาย ตัวจิตที่วุ่นวายและเราพอจับได้ คือตัวความรู้สึกความนึกคิด และอารมณ์ เราจะเห็นว่าตลอดเวลาที่เราลุกจากที่นอน จิตของเราจะมีสิ่งดังกล่าววิ่งวุ่นอยู่ตลอดเวลาต้องมีความรู้สึกเกิดขึ้นไม่เรื่องใดก็เรื่องหนึ่ง หรือมีความนึกความคิดในเรื่องต่าง ๆ เกิดขึ้นหรือมีอารมณ์ดีอารมณ์ร้ายเกิดขึ้นหรือจะวิ่งวุ่นในรูปผสมกัน เป็นเรื่องความรู้สึกผสมกับ

ความนึกคิด หรือเป็นเรื่องความนึกคิดผสมกับอารมณ์ จะเห็นว่าจิตเราไม่เคยว่างจากสิ่งเหล่านี้ การที่เป็นเช่นนี้ก็ด้วยพลังจิต อันได้แก่ กิเลส ตัณหาอุปทานและกรรม อันเป็นวิบากกรรมที่สะสมไว้ในจิตของเราหนุนเนื่องให้เกิดความรู้สึกความนึกคิดและอารมณ์ให้เป็นไปตามวิบากกรรมนั้น เมื่อเราพิจารณาดู มนุษย์เราต่างมีรูปกายในลักษณะเดียวกัน แต่มีอุปสัยใจคอการประพฤติปฏิบัติแตกต่างกัน เป็นเพราะความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของแต่ละอารมณ์แตกต่างกัน จึงทำให้การประพฤติปฏิบัติและอุปนิสัยใจคอแตกต่างกันและเหตุที่ความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์แตกต่างกัน เป็นเพราะวิบากกรรมที่สะสมเอาไว้ จึงมีตัวกิเลสตัณหาอุปทานและกรรม มีความแตกต่างกันนั่นเอง เมื่อสภาพจิตของคนเราเป็นเช่นนี้ เมื่อเขามีความรู้สึกมีความนึกคิดในรูปใด ก็จะบังคับกายของเขาให้ประพฤติปฏิบัติไปตามรูปนั้นอยู่ตลอดเวลา เพราะสติ ไม่มีควบคุมสิ่งทั้งสามตัวนี้ไว้ไม่ว่าการประพฤติปฏิบัตินั้น จะเป็นความชั่วหรือความดีเมื่อความรู้สึกหรือความนึกคิด และอารมณ์บีบบังคับให้ประพฤติปฏิบัติเขาก็จะปฏิบัติทันที เราจึงเห็นว่าบุคคลที่ขาดสติชีวิตความเป็นอยู่ของเขา จึงประสบความยุ่งยากเดือดร้อนอยู่ตลอดเวลา ซึ่งเขาเองก็มองไม่เห็นความจริงข้อนี้ แต่บุคคลที่เป็นผู้มีสติมีอำนาจการยับยั้งจิต มีสติปัญญาใคร่ครวญความรู้สึกหรือความนึกคิดและอารมณ์จะบังคับให้อยากประพฤติปฏิบัติอย่างนั้น แต่เมื่อเป็นสิ่งไม่ดีหรือเสียหาย เขาก็สามารถยืนหรือหยุดในการประปฏิบัตินั้นได้ ชีวิตความเป็นอยู่ของเขาจึงได้รับความสุข สติจึงจำเป็นของสำคัญ ถือได้ว่าเป็นนายของจิต จิตที่มีสติกำกับอยู่ทุกอริยบถสามารถห้ามการกระทำความชั่วหรือสิ่งเสียหายได้เด็ดขาด สติจึงนับว่ามีความสำคัญ ไม่เฉพาะบุคคลธรรดาเท่านั้น ยิ่งผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ สตินับเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่ต้องสร้างให้เกิดมีขึ้นโดยสมบูรณ์ เพื่อยับยั้งป้องกันการกระทำความชั่วทั้งปวง และทำความดีให้ถึงพร้อมพระพุทธองค์แม้จะทรงสอนธรรมนานถึง ๔๕ พรรษา แต่เมื่อใกล้จะนิพพานได้ประทานประฉิมโอวาทเป็นครั้งสุดท้าย ในเรื่องของสติเพราะผู้ที่ประมาทคือผู้ที่ขาดสติ ผู้ที่มีสติย่อม

ไม่ประมาท และผู้ที่มีสตินี้เท่านั้นจะเป็นผู้เดินทางตามพระบาทของพระพุทธองค์ได้ ตลอดพระชนมชีพพระองค์มีสติครองจิตอยู่ทุกลมหายใจ แม้ในวันจะปรินิพพานทรงอาพาธ ได้รับทุกข์เวทนาแสนสาหัส แต่ด้วยอำนาจของสติที่ได้สร้างสมไว้สมบูรณ์อย่างที่สุดนั้นได้ครองจิตของพระองค์อยู่จนกระทั่งปรินิพพาน นี่แหละสติมีความสำคัญอย่างไรแก่ผู้ปฏิบัติธรรม

ปัญหาเราจะสร้างสติได้อย่างไร การสร้างสติเป็นเรื่องของการฝึกฝน โดยการหักห้ามความผู้สึก ความนึกคิดและอารมณ์ในเรื่องที่ไม่ดีเอาไว้ อย่าให้เราต้องประพฤติปฏิบัติไปตามอำนจของสิ่งทั้งสามที่เข้ามาบังคับการสร้างสติที่ได้ผลดีและค่อยเป็นค่อยไป คือการสร้างสติในเรื่องการประพฤติปฏิบัติตนของเราในชีวิตประจำวันของเรานี้แหละ เมื่อเรามีความรู้สึกนึกคิดหรืออารมณ์ อายากกระทำในเรื่องใด ให้เราหยุดการกระทำหยุดความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์นั้นไว้ก่อน เอาปัญญาของเราเข้าไปพิจารณา ความรู้สึกความนึกคิดและอารมณ์นั้นว่าเป็นคุณหรือโทษ เมื่อเป็นคุณก็จงทำ เมื่อเป็นโทษก็ให้สลัดออก อย่าให้อำนาจให้บังคับกายเราให้กระทำไป หากเราเสริมสร้างสติของเราอย่างนี้ในที่สุดสติของเราก็จะตั้งหมั้นหนาแน่นครอบคลุมไปทุกด้านทุกมุม ในขณะเดียวกันตัวปัญญาของเราก็จะเกิดขึ้นมาด้วย และตัวสมาธิก็จะเกิดตามขึ้นมาด้วย เพราะการที่เราบังคับให้ความรู้สึก ความนึกคิดและอารมณ์ของเราสงบนิ่งได้ในขณะนั้นจิตของเราเป็นสมาธิ และจิตเป็นสมาธิได้เพราะสติควบคุมสมาธิไว้ จึงเห็นว่าเพียงการผึกสติอย่างเดียว เรายังได้สมาธิและปัญญาเกิดขึ้นด้วย การที่ข้าพเจ้าแนะนำให้ผึกสร้างสติในชีวิตประจำวันก็เพราะจิตเราอยู่ท่ามกลางความวุ่นวายอันเกิดจากสิ่งที่เข้ามากระทบอายตนะ และพลังกิเลส ตัณหา อุปทาน และกรรมที่หนุนเนื่องขึ้นมา ตามวิบากกรรมที่เราสะสมไว้ และการสร้างสติไม่จำเป็นต้องนั่งหลับตา เพื่อปิดอายตนะตัลเราเองเหมือนกับที่เรานิยมปฏิบัติการนั่งสมาธิกันอยู่ ตามวัดหรือสำนักปฏิบัติธรรม หรือไปหาที่สงัดเงียบปฏิบัติ เพราะของจริง ชีวิตของเราต้องประสบกับสิ่งที่เราพอใจและไม่พอใจอยู่ตลอดเวลา ถ้าหากเราสร้างสติให้เกิดได้ท่ามกลางความวุ่นวายเช่นนี้แล้ว เราจะเป็นผู้มีสติมั่นดีกว่าไปนั่งหลับตาปฏิบัติ นอกจากจะเสียประโยชน์ในการผูกมัดเวลา และ

สภาพที่ให้แก่นตนเองแล้ว ผลลัพธ์ยังต่างกันมาก เพราะฉะนั้นการสร้างสติจึงควรตั้งพลังจิตสร้างในชีวิตประจำวันของเราควบคุมจิตของเราให้เชื่อจนได้

จ. ตั้งพลังจิตในการสร้างสมาธิ การสร้างสมาธิก็คล้ายกับการสร้างสติ คือควรสร้างในชีวิตประจำวัน ท่ามกลางความชุลมุนวุ่นวายของสิ่งต่าง ๆ ที่มากระทบกับอายตนะของเราทำให้จิตเราหวั่นไหวทั้งในเรื่องความทุกข์และเรื่องสุข เรื่องของความทุกข์ เรื่องของความบั่นทอนจิตใจเรา เรื่องของความสุขทำให้เกิดความเบิกบานพอใจอยากได้รับ อยากให้เป็นอยู่ไม่สิ้นสุด จนในที่สุดเปลี่ยนสภาพเป็นความทุกข์ให้แก่เราไป เราจึงต้องหัดฝึกฝนจิตของเราให้จิตของเราหยุดจากความรู้สึกความนึกคิดและอารมณ์ได้ทุกเวลาทุกโอกาสที่ต้องการ สติและสมาธิถือเป็นปัจจุจัยของกันและกัน ผู้ใดมีสติมั่นผู้นั้นย่อมสมาธิมั่น ผู้ใดหย่อนสติสมาธิย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ จิตที่สงบหรือจิตที่มีสมาธินี้ เป็นจิตที่จะใช้เดินทางเข้าสู่กระแสนิพานเป็นเครื่องบ่งชี้การเบาบางของกิเลสตัณหาอุปทานและกรรม อันเป็นวิบากกรรมที่ได้สะสมมาแต่ละภพแต่ละชาติ ถ้าหากพลังดังกล่าวอ่อนกำลังลงมากเท่าใดจิตก็จะสงบหรือเป็นสมาธิมากเท่านั้น นอกจากนั้นการฝึกสมาธิ ต้องฝึกไปพร้อมกันกับสติจะฝึกแยกกันไม่ได้ แต่ตัวสติสำคัญกว่าสมาธิ สติต้องเกิดก่อนสมาธิ สติเกิดแล้วสมาธิจึงเกิด เมื่อสมาธิเกิดแล้วก็จะไปหมุนสติให้มีกำลังสูงขึ้น เมื่อสติมีกำลังสูงขึ้นก็จะไปหมุนสมาธิให้มีกำลังสูงขึ้น เมื่อกำลังของสติและสมาธิถึงระดับ ตัวฌาณและตัวฌาณก็จะเกิดขึ้น เมื่อตัวฌาาณเกิดขึ้นแก่จิตเรา เมื่อนั้นก็หมายความว่า จิตของเราได้เข้าสู่กระแสพระนิพพานองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและแล้วปัญหาทางธรรมหรือตัวญาณนี้เท่านั้น ที่จะทำให้เราเห็นแสงสว่างในสัจจะธรรมทุกข้อของพระพุทธองค์ที่ว่าจะลึกลับซับซ้อนยากสักเพียงใด จะรู้จะแจ้งทั้งสิ้นและถือว่าผู้นั้นปฏิบัติธรรมถึงขั้นอริยบุคคลแล้ว ตรงข้ามฌาณและผู้ประพฤติธรรมจะได้ฌานก็ยังไม่ถือว่าเข้ากระแสพระนิพพาน เพราะอำนาจแห่งฌานไม่สามารถให้รู้แจ้งในสัจจะธรรมของพระองค์ท่านได้ทั้งหมด ยังจัดอยู่ในชั้นโลกีย์ อาจสูญหายไปได้ เมื่อหย่อนการบำเพ็ญปฏิบัติ

ฉ. ตั้งพลังจิตสร้างปัญญา การสร้างปัญญาให้เกิดนับเป็นของทำได้ยาก คล้ายเป็นของมีติดจิต หรือได้สร้างสมเอาไว้แล้วในอดีตชาติปัญญาถือเป็นบารมีอันหนึ่ง ที่จะต้องบำเพ็ญ

และสะสมมา แต่ตัวปัญญานี้มีความสำคัญในการเห็นธรรมและเห็นทางหลุดพ้นจากความทุกข์ เมื่อพระพุทธองค์ตรัสรู้ใหม่ ๆ ดำริที่จะไม่นำธรรมที่ตรัสรู้นี้ออกโปรดสัตว์โลกเพราะเห็นว่าผู้หลงใหลในทางโลก ย่อมมองไม่เห็นนอกจากบัณฑิตหรือผู้มีปัญญาเท่านั้นจึงจะมองเห็น ก็เพราะธรรมในชั้นสูงหรือที่เรียกว่า ปรมัตถธรรม เป็นการกล่าวถึงเรื่องของจิต เรื่องของกิเลส เรื่องขอตัณหา เรื่องของกรรม ฯลฯ ซึ่งไม่มีตัวตนมองเห็นได้ จะต้องใคร่ครวญพิจารณาตามด้วยปัญญาจึงจะมองเห็นได้ ผู้ที่มีปัญญาทางโลกก็ดี แล้วการเดินปัญญาทารธรรม ให้เห็นให้แจ้งสว่างในธรรมเป็นสิ่งเกิดได้ยาก นอกจากบำเพ็ญทำสมาธิจิตขึ้น ไปสู่ขั้นพรหมเท่านั้นพระพุทธองค์ทรงออกจากสำนักอาฬารดาบส และอุทกดาบสก็เพราะทรงเห็นว่าการบำเพ็ญแบบสมาธิจิตไม่ใช่ทางที่จะทำให้ได้รับความรู้ความสว่าง ในสิ่งที่พระองค์ตั้งข้อสงสัยว่า เหตุใดคนเราเมื่อเกิดแล้ว จึงต้องแก่ จึงต้องเจ็บ และจึงต้องตาย เหตุใดจึงไม่คงสภาพ เมื่อทรงบำเพ็ญด้วยพระองค์เอง จนปัญญาทางธรรมเกิดขึ้น คือญาณ จึงทรงทราบความจริงทั้งปวง ปัญญาจึงนับเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ คนที่ไม่เห็นกฎแห่งกรรม กฎของไตรลักษณ์ คุณค่าของพระรัตนตรัยเป็นเพราะเขาขาดปัญญาที่จะมองเห็น เมื่อเขาขาดปัญญามองเห็นสัจจะธรรมเช่นนี้แล้ว เขาจะมองเห็นทางเดินเพื่อการหลุดพ้นได้อย่างไร ดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรม เพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ จะต้องสร้างหรือบำเพ็ญปัญญาบารมีให้เกิดขึ้น ปัญญาจะบำเพ็ญได้อย่างไร โดยเฉพาะผู้ที่มีปัญญาทางโลกน้อย วิธีช่วยให้เกิดปัญญาก็คือการตั้งสัจจะอธิษฐานทุกวันที่สวดมนต์ไหว้พระตามปกติ โดยกล่าวคำอธิษฐานจิตว่า "ขอให้ข้าพเจ้ามีปัญญาเห็นแจ้งในสิ่งทั้งปวงขอให้มีดวงตาเห็นในธรรมและแจ้งในธรรม" การตั้งอธิษฐานเช่นนี้ทำให้จิตของเราตั้งพลังในการแสวงหาปัญญา จากนั้นเราเดินทางโลกฝึกจิตเราให้มีความสนใจ ให้เอาใจใส่ต่อเรื่องราวหรือเหตุการณ์ที่เข้ามาสัมผัสอายตนะทั้งหกอยู่ตลอดเวลา พยายามพิจารณาให้เห็นเหตุผลนั้นความจริงของเรื่องนั้น สิ่งนั้นโดยเฉพาะคือธรรมเช่นความทุกข์อวิชชาที่ครองจิตสร้างโลกไว้

กฎแห่งไตรลักษณ์เป็นต้น นั่นคือพยายามเดินปัญญาของเรา ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นอยู่เสมอ ให้มองเห็นธรรมอยู่เสมอ อย่าทำตนเป็นคนไม่สนใจ จงพยายามทำตนให้เป็นคนพหูสูตร และสิ่งที่เราไม่คาดฝัน ที่จะติดตามมาตามคำอธิษฐานจิตตั้งพลังแสวงหาปัญญาพลังจิตตัวนี้ จะติดตามเราไปทุกภพทุกชาติ แต่ละภพแต่ละชาติเราสั่งสมปัญญาเข้าไว้ในจิตของเรา สูงขึ้น มากขึ้นตามลำดับ แล้วภพหนึ่งชาติหนึ่งของอนาคต ความจริงตามที่เราอธิษฐานไว้จะเกิดขึ้น กับเรา คือให้มีดวงตาเห็นธรรม ให้แจ้งในธรรม แม้ในชาติเดียวนี้ ความมหัศจรรย์อาจ จะเกิดขึ้นอย่างทันตาเห็น นั่นคือเกิดปัญญาเห็นแจ้งในสิ่งทั้งปวง มีดวงตาเห็นธรรมและ แจ้งในธรรม ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเช่นนี้ เพราะเทพพรหมที่ท่านเคยเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับ เราหรือที่ท่านมีเมตตา ลงช่วยเป็นตัวปัญญาให้แก่เราจึงทำให้รู้ให้แจ้งได้เป็นมหัศจรรย์ ท่าน จะชี้ ท่านจะแนะนำ ท่านจะบอกอธิบายในเรื่องราว ในเหตุผลของสิ่งต่าง ๆ ให้เราเห็น ชี้บอกความถูกความผิด การประพฤติอาจปฏิบัติถึงถูกต้องให้แก่เราผู้ปฏิบัติธรรมที่รู้ธรรม รวดเร็วโดยวิธีนี้ มีอยู่ไม่ใช่น้อยที่มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ลงช่วยสอนหัดการเดินให้ เมื่อเดินได้ด้วย ตนเองแล้ว ท่านก็ปล่อยให้เดินตามลำพังบางคนพอถูกปล่อยก็เดินด้วยตนเองไม่ได้ก็ไม่ใช่ น้อย จึงขอย้ำว่าเรื่องของปัญญานั้นหัวใจสำคัญของการเดินทางหรือหลุดพ้นจากความทุกข์ ตามแบบพระพุทธองค์ ซึ่งผู้มีปัญญาน้อยควรจะได้เริ่มต้นบำเพ็ญเสีย ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป มิฉะนั้นแล้วปัญหาของท่านจะเกิดได้อย่างไร ส่วนผู้มีปัญญาทางโลกเลิศแล้ว ควรจะสลัด ความรื่นรมย์ทางโลกในวันหนึ่งเที่ยวหนึ่งหรือสองชั่วโมงจับธรรมของพระพุทธองค์ขึ้น พิจารณา แล้วท่านจะเห็นความจริงในสัจจะธรรมและหันเข้าหาธรรมในที่สุด ข้าพเจ้าอยาก จะกล่าวว่า ผู้มีปัญญาทางโลกดีแล้วอย่าอวดดีลองดีกับธรรมของพระพุทธองค์ วันใดที่ท่าน อวดดีลองดี วันนั้นท่านจะต้องน้อมนมัสการะพระรัตนตรัย ด้วยความเชื่อความศรัทธาแล้ว ท่านจะเลื่อมใสศรัทธาอย่างถอนตัวไม่ขึ้น

ช. ตั้งพลังจิตในการปฏิบัติ การปฏิบัติธรรมเพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์ตามแบบ พระพุทธองค์ ผู้ปฏิบัติจะต้องตั้งพลังจิตให้แน่วแน่ในการปฏิบัติคือตั้งใจให้จริง ปฏิบัติให้จริง แล้วผลจะเกิดจริง เหตุใดการปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์จึงต้องตั้งพลังจิตมั่น

ในความจริงดังกล่าว เพราะอุปสรรค์ข้อขัดข้อง หรือสิ่งที่จะเข้ามาขวางกั้นไม่ให้เราเดินทางได้สะดวกมีมากถ้าหากไม่ตั้งใจให้แน่วแน่จริงจังแล้ว ก็ไม่สามารถเดินทางถึงจุดหมายปลายทางได้ ดูแต่พระพุทธองค์เถิดในวันที่จะทรงบำเพ็ญเพื่อตรัสรู้ ก็ได้ทรงตั้งสัจจะธรรมถวายชีวิตว่า แม้ร่างกายนี้จะเหลือแต่เอ็นแต่กระดูก เลือดในกายจะเหือดแห้งไป หากไม่บรรลุโพธิญาณแล้วจะไม่ยอมลุกขึ้นจากโพธิบัลลังก์ ทั้งในขณะที่พระองค์ทรงบำเพ็ญอยู่นั้น มารก็เข้ามาผจญขัดขวาง ท่านพรหมทั้งหลายก็ละทิ้งท่านไปไม่ช่วยเหลือ พระองค์ท่านทรงต่อสู้ด้วยพระองค์เอง ไม่ทรงท้อถอยไม่ละเลิกเพราะได้ตั้งสัจจะอธิษฐานยอมถวายชีวิต จึงทรงตรัสรู้ได้ สำหรับในเรื่องอุปสรรคของการปฏิบัติธรรมท่านจะได้ทราบต่อไปว่าอะไรบ้าง ผู้ปฏิบัติจงระลึกไว้เสมอว่าการปฏิบัติธรรมโดยวิธีการพูดนั้นไม่เหน็ดเหนื่อยไม่ต้องใช้ความมานะพากเพียรอดทน ไม่ต้องพบอุปสรรค แต่การปฏิบัติจริง ตรงกันข้ามแบบฟ้ากับดิน ดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อหวังการหลุดพ้นจากความทุกข์จริงให้ได้จริงชีวิตของเรานี้ยอมสละละทิ้งแม้จะดับจะสูญสิ้นไป ก็ขอสูญสิ้นต่อหน้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระอรหันต์สาวกทุกพระองค์เป็นการถวายชีวิตเพื่อเราบูชพระรัตนตรัย จงคิดดูเถิดถึงอย่างไรชีวิตของเราก็จะต้องแตกดับในที่สุด ตามสภาพของสังขาร แต่ถ้าเป็นการแตกดับอันเกิดจากการปฏิบัติธรรมมิประเสริฐกว่ากันหรือ

ซ. ตั้งพลังจิตในการละกิเลส และตัณหา เหตุใดจึงต้องตั้งพลังจิต เพื่อละสิ่งดังกล่าว เพราะสิ่งดังกล่าวเป็นต้นเหตุ ให้เราสร้างวิบากกรรมตราบใดถ้าเราละกิเลสและตัณหายังไม่ได้ กิเลสยังมีอยู่ในจิตใจเรา ตราบนั้นการสร้างวิบากกรรมจะต้องมีอยู่ตลอดไป เมื่อวิบากกรรมยังมีอยู่ การเวียนว่ายตายเกิดของคนเราต้องมีอยู่ เพื่อรับผลวิบากกรรมนั้น แต่ถ้าจิตของผู้ใดปราศจากกิเลส และตัณหาแล้ว การสร้างหรือสะสมวิบาก-กรรมจะไม่มีในผู้นั้นเมื่อไม่มีวิบากกรรม ภพชาติหรือการเวียนว่ายตายเกิดย่อมไม่มีในผู้นั้นองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย ได้ชำระจิตของท่านผ่องใสหมดแล้วจากกิเลสตัณหาและวิบากกรรมทั้งปวง การเวียนว่ายตายเกิดของท่านจึงจุติจบสิ้นลงเพียง

เท่านั้น จึงเห็นว่าการปฏิบัติธรรมเพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์คือการเพียรพยายามยามละกิเลสตัณหาและวิบากกรรมให้หมดสิ้นไปจากจิตของเราแต่ใครเล่าจะสลัดจะละลงได้ เพราะมนุษย์เราต่างหลงใหลพอใจในความเป็นอยู่ทางโลกสะสมกิเลสตัณหา และสร้างวิบากกรรมให้เกิดขึ้นสะสมไว้ในจิตตลอดเวลา ชาติแล้วชาติเล่าในการเวียนว่ายตายเกิดของตน มองเห็นความทุกข์ที่ตนได้รับเป็นความสุข การที่ไม่เห็นสภาพของความเป็นจริงเหมือนม่านที่กำบังเอาไว้แม้บางคนจะมีปัญญาอยู่แล้ว ก็หาพิจารณามองให้ทะลุไปถึงความจริงให้มองเห็นได้ไม่ เมื่อจิตของเราได้สะสมกิเลสตัณหา และวิบากกรรมมาดังกล่าวนี้แล้วจะเกิดดับไปอีกกี่ภพกี่ชาติก็ตาม พลังของสิ่งดังกล่าวที่มีอยู่ในจิตก็จะบังคับจิตเรา ให้สะสมให้สร้างกิเลสตัณหาและวิบากกรรมนั้นสืบต่อไปอีกหากเราไม่เริ่มต้นหรือสลัดทิ้งไปเสียในชาตินี้ก็เท่ากับเราไม่มีโอกาสเดินทางเข้าสู่กระแสธรรมของพระพุทธองค์ท่านเลย โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือการเริ่มต้นเดินทางเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ ดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อหวังการหลุดพ้นสิ่งดังกล่าวจะต้องตั้งพลังในการละกิเลสและตัณหา หากเราไม่ตั้งพลังจิตในการละขึ้นมาแล้ว ก็จะไม่มีอะไรมาบังคับให้เราละสิ่งดังกล่าวได้

ปัญหามีอยู่ว่าเราจะต้องตั้งพลังจิตเพื่อละกิเลสตัณหาอันเป็นต้นเหตุของการสร้างวิบากกรรมอย่างไร ความจริงเรื่องนี้มิใช่ยากที่เราจะกระทำไม่ได้หากตัวเราปรารถนาการหลุดพ้นจากความทุกข์จริงในตอนแรกให้เราพิจารณาให้เห็นว่ากิเลส และตัณหาสองตัวนี้เป็นตัวสร้างความทุกข์ให้เกิดขึ้นแก่เราอยู่ในวันนี้จริงหรือไม่ กิเลสอันใดได้แก่ความหลงความโลภ และโกรธเป็นตัวทำให้เราต้องวุ่นวายใจ ต้องเป็นทุกข์ต้องบังคับให้เรามีการกระทำเกิดขึ้นจริงหรือไม่ตัณหาคือความอยากหรือความไม่อยาก หรือการเฉยเป็นตัวนำความทุกข์มาให้และบังคับเราให้มีการเกิดขึ้นจริงหรือไม่ เมื่อรามีการกระทำขึ้นเมื่อใด วิบากกรรมย่อมเกิดขึ้นและสะสมไว้ที่จิตเราเมื่อนั้น แล้วเราต้องรับผลแห่งวิบากกรรมนั้นอาจจะเป็นในปัจจุบันหรืออนาคตชาติ สืบต่อไปไม่รู้จักจบสิ้น เมื่อเริ่มได้พิจารณาเห็นความจริงเช่นนี้แล้ว ก็ควรได้ตั้งพลังจิตในการละกิเลส และตัณหาเสีย ณ บัดนี้ โดยการตั้งสัจจะอธิษฐานภายหลังการ

สวดมนต์ไหว้พระตามปกติแล้วทุกวันว่า "ขอให้กิเลสและตัณหาที่มีอยู่ในจิตของข้าพเจ้าจงหมดไปจาก ดวงจิต กิเลสใด ตัณหาใดที่ไปหมดแล้วขออย่าได้กลับคืนมา ขอให้จิตข้าพเจ้าผ่องใสปราศจากกิเลสและตัณหาในที่สุดเถิด" การที่เราได้ตั้งสัจจะอธิษฐานไว้ทุกวันเช่นนี้ พลังจิตในการละกิเลสและตัณหาก็จะก่อตัวขึ้นในจิตของเราและมีพลังสูงขึ้นตามลำดับ พลังกิเลสและตัณหาก็จะลดลงตามลำดับ แม้ปัจจุบันชาติเราจะละไม่ได้โดยสิ้นเชิง แต่ชาติหนึ่งในอนาคตเราจะสละละได้โดยสมบูรณ์ เพราะพลังจิตนั้นจะติดตามเราไปทุกภพทุกชาติ ข้อสำคัญเมื่อเราตั้งสัจจะอธิษฐานแล้วเราจะเริ่มประพฤติปฏิบัติทันที ในเรื่องกิเลสให้พยายามสลัดความหลงความโลภ และโทษะที่จะมีขึ้นให้ออกไปจากจิตของเรา ในเรื่องตัณหา ให้ฝึกจิตระงับจิตของเรา อย่าให้ความอยากหรือความไม่อยากเกิดขึ้นในจิตของเราหัดให้จิตอยู่ในสภาพเฉยเมื่อความอยากเกิดขึ้นก็ให้วางเฉยอย่าให้จิตอยาก เมื่อความไม่อยากเกิดขึ้นก็ให้วางเฉย อย่าให้จิตอยากพยายามฝึกฝนจิตของเราอย่ามีความยินดี ไม่ยินดี ในของที่เป็นคู่กันเช่นความทุกข์ ความสุข ความมีความจนสรรญเสริญ นินทา มียศ เสื่อมยศ ฯลฯ จงมองสิ่งที่คู่กันนี่ให้มีความหมายอันเดียวกัน อย่าให้จิตเกิดตัณหาจะเบาบางไปจากจิตของเรา เมื่อสิ่งทั้งสองเบาบางลง เราจะเริ่มพบความสุขเราจะไม่ต้องวุ่นวายใจ เราจะไม่ต้องวุ่นวายในการกระทำในการสร่างลง เราจะเริ่มพบความสุข เราจะไม่ต้องวุ่นวายใจ เราจะไม่ต้องวุ่นวายในการกระทำในการสร้างสรร อย่างที่มนุษย์ทั้งหลายเขาประพฤติหรือปฏิบัติเขาได้รับกันอยู่ เมื่อสิ่งเหล่านี้เบาบางไปจากจิตของเราก็หมายความว่าจิตของเราเริ่มผ่องใสกำลังเดินทางไปอยู่ในเส้นทางออกจากวัฏสงสาร อะไรเท่าที่จะช่วยให้เราฝึกฝนกิเลสและตัณหาได้ สิ่งนั้นคือสติและปัญญาที่จะกำกับจิตของเราทุกอิริยาบถ สติจะเป็นตัวสกัดกั้นกิเลสและตัณหามิให้เข้ามาสู่จิตปัญญาจะเป็นผู้ชี้ความเป็นจริงให้มองเห็น และประการสุดท้ายด้วยอำนาจสัจจะอธิษฐานและปฏิบัติจริงของเรา สิ่งศักดิ์สิทธิ์อาจจะลงช่วยเราจะเป็นตัวสติปัญญาให้แก่เราเป็นผู้ควบคุมจิตและนำจิตของเรา ในการละการสละกิเลสตัณหา ห้ามปรามหยุดยั้ง การกระทำของเราอันเป็นตัวก่อให้เกิดวิบากกรรม ดังนั้นขอผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อหลุดพ้นจากความทุกข์ จงเริ่มตั้งพลังจิตของท่านในการละกิเลสและตัณหาตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

ณ ตั้งพลังจิตให้ถึงองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรื่องนี้นับว่ามีความสำคัญเพราะเราจะมุ่งเข้าไปยึดพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง เมื่อเราพิจารณาดูแล้ว พระธรรมก็ดี พระสงฆ์ก็ดี เกิดขึ้นเพราะพระองค์ท่านมีพระรัตนตรัยอยู่พร้อมมูล ถ้าเราตั้งพลังจิตให้ถึงองค์ท่านได้ ก็เหมือนกับเราถึงพระรัตนตรัยโดยสมบูรณ์ นอกจากนั้นพระองค์ท่านยังเป็นบรมครูผู้ค้นพบทางเดินหลุดพ้นจากความทุกข์ ทรงบริสุทธิคุณเมตตาคุณ ทรงมีปัญญาอันล้ำเลิศ หากผู้ใดสามารถสมาธิจิต ส่งพลังจิตขึ้นถึงพระองค์ได้ก็ช่วยให้การปฏิบัติย่อสั้น จะสามารถบำเพ็ญได้รวดเร็ว อุปสรรคขัดข้องต่าง ๆ จะรู้เท่าทันและสกัดได้ ด้วยบารมีของพระองค์ท่าน ปัญญาเราจะตั้งพลังจิตให้ถึงพระองค์ท่านได้อย่างไร คนเราเมื่อโดยปกติเมื่อสวดมนต์ไหว้พระ หรือเข้าไปกราบไหว้บูชาพระพุทธรูปตามโบสถ์จิตของเรามักกำหนดอยู่ที่องค์พระพุทธรูปนั้น เมื่อจิตเรากำหนดนมัสการที่พระพุทธรูปพลังจิตของเราก็ไปแค่องค์พระพุทธรูปเท่านั้น หรืออย่างดีเทพหรือพรหมสถิตอยู่ในองค์พระพุทธรูปเท่านั้น คำนมัสการคุณพระองค์ท่าน หรือพระรัตนตรัยทุกครั้งให้กำหนดจิตส่งพลังจิตของเราขึ้นไปหาพระองค์ท่านที่อยู่เบื้องบน ให้เราสร้างมโนภาพเป็นพระองค์ขึ้น ให้เราได้นมัสการต่อหน้าพระพักตร์ท่านหรือพระบาทท่าน การนมัสการโดยวิธีดังกล่าวโดยเสมอ ๆ จะช่วยให้จิตของเรามุ่งตรงถึงพระองค์ท่านถ้าหากมโนภาพของเราจับภาพของพระองค์ท่านได้ก็ให้ใช้ ภาพนั้นเป็นสติให้การทำสมาธิจะทำให้ปฏิบัติมีพลังสูงและได้ผลในการปฏิบัติเร็ว แต่เป็นเรื่องที่น้อยคนจะปฏิบัติได้ แต่ถ้าได้ก็จะเกิดผลดีดังกล่าว ถึงแม้จะปฏิบัติไม่ได้อย่างน้อยก็ทำให้จิตเราถึงพระองค์ท่านหรือพระรัตนตรัยได้โดยตรง จึงเป็นเรื่องที่ควรพยายามปฏิบัติ

๗. ความมุ่งหมายในการปฏิบัติธรรม

ความมุ่งหมายในการปฏิบัติธรรม ก็เพื่อให้กายและจิตของเราเป็นไปตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือละความชั่วทั้งปวง ทำความดีให้ถึงพร้อม ทำจิตให้ผ่องใส ผู้ที่สามารถละความชั่วทั้งปวงและทำความดีให้ถึงพร้อมได้ นอกจากนั้นจะได้ชื่อว่ามีศีลอันสมบูรณ์แล้ว การประพฤติปฏิบัติได้เช่นนั้นยังมีผลตอบแทนมาอย่างมหาศาล คือบุญและ

บารมี อันถือเป็นพลังที่สำคัญในการเดินทางหลุดพ้นจากทุกข์ และจิตของเราจะชำระให้ผ่องใสขึ้นมาได้จิตนั้นจะต้องไม่มีควมชั่วเข้ามาปะปน ต้องเป็นจิตที่รอรับด้วยพลังแห่งความดีจึงชำระให้ผ่องใสได้ และความผ่องใสจะมีความคงทนหรือความผ่องใสอยู่ได้ยิ่งขึ้น จิตนั้นจะต้องไม่มีความชั่วเข้ามาปะปน เพราะถ้าความชั่วหลั่งไหลเข้าสู่จิตได้แล้วถึงจิตนั้นจะต้องกลับมัวหมองลงในที่สุดอีกการทำจิตให้ผ่องใสจากอะไรคำตอบก็คือให้ผ่องใสโดยจิตนั้นปราศจากซึ่งกิเลสตัณหา อุปาทานและวิบากกรรมซึ่งเกิดขึ้นและสะสมไว้จากการกระทำของเราในอดีตชาติ ที่เราเกิดมามีกายเนื้อ ดังนั้นการชำระจิตไปสู่ความผ่องใส ต้องทำให้พร้อมถึงสองทางคือทางแรกคอยสกัดกั้นอย่างให้กิเลสตัณหาอุปาทาน และกรรมที่เราได้สร้างสะสมในจิตมาแต่อดีตชาติให้หมดไปด้วยอำนาจของสติและสมาธิ เราจะชำระหรือขจัดได้อย่างไรซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาที่พระพุทธองค์ก็ได้ทรงสอนไว้ ว่าเมื่อมีสิ่งใดเข้ามากระทบอายตนะให้เอาสติและปัญญาสกัดไว้เพียงให้รู้แต่อย่างเดียว แล้วสกัดกั้นละทิ้งไป อย่าให้สิ่งนั้นเข้าสู่จิตของเราได้ ดังนั้นที่ชอบกล่าวว่าเห็นก็เพียงเห็น ได้ยินก็เพียงได้ยิน ฯลฯ อย่ามานำสิ่งนั้นไปเป็นความรู้สึก ไปเป็นความนึกคิดไปเป็นอารมณ์เกิดขึ้นที่จิต การกระทำเช่นนี้เป็นวิธีสกัดกั้นกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรม ที่จักเกิดขึ้นในปัจจุบัน มิให้เข้าไปสะสมเก็บไว้ในจิตมาแล้วแต่ในอดีตชาติ สามารถขจัดได้ด้วยอำนาจของสติและสมาธิ ฉะนั้นการปฏิบัติธรรมเพื่อเข้าสู่หัวใจของพระพุทธศาสนา อันเป็นการเดินทางไปสู่ความพ้นทุกข์พระพุทธองค์จึงกำหนดวิธีปฏิบัติอย่างย่อที่สุดและล้ำลึกที่สุด ไว้เพียงสามคำคือ ศีล สมาธิ ปัญญา หากผู้ใดสร้างสิ่งทั้งสามคำนี้ขึ้นได้สำเร็จ ผู้นั้นก็ย่อมหลุดพ้นจากความทุกข์มีพระนิพพานรอรับอยู่เบื้องหน้า

อนึ่ง มีสิ่งที่น่าพิจารณาคือ เรื่องสภาพจิตแท้ของสัตว์โลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือจิตของมนุษย์เรานี้ ข้าพเจ้ามีความนึกคิดเห็น แต่เป็นความคิดเห็นที่อาจขัดแย้งคัดค้านกับความเห็นของผู้อื่น แม้ข้าพเจ้าจะถูกกล่าวหาว่าเข้าธรรมไม่ถึง รู้น้อยอวดรู้มาก ไม่เคยอ่าน ไม่รู้พระไตยปิฎก ข้าพเจ้าขอน้อมรับ เพราะข้าพเจ้าเชื่อด้วยเหตุผลในการใช้ปัญญาพิจารณาสภาพจิตแท้ของมนุษย์เรา ข้าพเจ้ามีความเห็นและเชื่อว่า

๑. จิตดั้งเดิมของมนุษย์เราต้องใสสะอาด เพราะถ้าของเดิมไม่ใสสะอาดแล้ว พระพุทธองค์จะทรงสอนให้เราชำระจิตของเราให้ผ่องใสสะอาดได้อย่างไร หากเปรียบเทียบจิตเหมือนกับโลหะที่ฝังดินอยู่เป็นนับพันปี ซึ่งก้อนโลหะนั้นถูกสนิมเกาะกินเข้าไปเนื้อลึก ภายนอกคลุมด้วยดินทราย จนมองไม่ออกว่าวัตถุนั้นเป็นโลหะประการใด เมื่อเรานำวัตถุนั้นมาขัดชำระ จนในที่สุดถึงเนื้อในที่ปราศจากสนิมและสิ่งสกปรกแล้ว วัตถุนั้นก็ย่อมใสสะอาดเป็นเงางามเหมือนกับสภาพเดิมของมัน จิตของมนุษย์เราก็เท่ากัน หากของเดิมไม่มีความใสสะอาดอยู่แล้ว แม้เราจะขัดชำระสักเท่าใด ก็ย่อมไม่ผ่องใสสะอาดขึ้นมาได้ถ้าหากจิตไม่ผ่องใสสะอาดขึ้นมาได้ ถ้าหากจิตเดิมไม่ผ่องใสอยู่ พระพุทธองค์จะสอนให้เราทำจิตให้ผ่องใสไปเพื่ออะไร คำสอนของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์มิเป็นการหลงใหลหรือ

๒. จิตของมนุษย์เรา มีความสกปรกเกิดขึ้นจนทำให้ไม่สะอาดผ่องใส อะไรคือสิ่งโสโครกที่เขาว่านั้น และสิ่งโสโครกที่เขาว่านั้นเข้าไปเกาะกุมจิตเราเมื่อใด สิ่งที่ทำให้จิตเราไม่ผ่องใสก็คือตัวกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรม สิ่งดังกล่าวเข้าไปสะสมอยู่ในจิตของเราได้ ก็ตอนเกิดมามีกายเนื้อ เวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารนี่แหละ ในวาระที่ของเราละจากกายขึ้นไปเป็นเทพเป็นพรหม ซึ่งขณะนั้นมีแต่เพียงจิตอย่างเดียวไม่มีกายเนื้อ จึงไม่สามารถสร้างหรือสะสมกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมให้เกิดขึ้นใหม่ได้กอกจากการรับผลแห่งวิบากกรรม ซึ่งได้กระทำไว้ในตอนมีกายเท่านั้น พระพุทธองค์ทรงกล่าวว่าผู้ใดละได้ซึ่งตัณหาผู้นั้นก็เข้าได้สู่แดนโลกุตร หรือพระนิพพานรออยู่เบื้องหน้าผู้ใดทำอาสวะกิเลสให้สิ้นผู้นั้นก็ถึงพระนิพพาน เมื่อพิจารณาคำตรัสในทำนองนี้แล้วจะเห็นว่ากิเลสคือตัวที่ทำให้จิตขุ่นมัวไม่ผ่องใส ถ้าชำระขจัดกิเลสออกจากจิตได้แล้ว จิตนั้นก็ผ่องใส ก็เป็นเหตุที่แสดงว่าจิตดวงเดิมของมนุษย์เรานั้นมีความผ่องใส

๓. ข้าพเจ้ามีความเห็นว่าจิตเป็นอมตะ เป็นของไม่สูญสลาย แม้จะเข้าสู่พระนิพพานแล้วจิตของพระองค์ก็ดี จิตของพระอรหันต์สาวกก็ดี จิตของเทพของพรหมก็ดี ยังมีอยู่หาสูญสลายไปอย่างเข้าใจไม่ ความจริงในเรื่องนี้จะปรากฏไม่มีสงสัย ถ้าหากเราบำเพ็ญ

ชำระจิตของเราให้ใสสะอาดจนได้ระดับแล้วกำหนดจิตนั้นขึ้นติดต่อ และจิตเราสามารถรับพลังจิตจากท่านได้ เรายังสามารถติดต่อได้กับผู้ปฏิบัติธรรมที่ได้ขึ้นฌาณและญานแล้วจะรับรองเรื่องนี้ได้ดี

อนึ่งคำกล่าวถึงทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ที่พระพุทธองค์ตรัสไว้หมายถึงกายอย่างเดียวที่ตั้งอยู่ในกฎนี้ หรือมีจิตรวมอยู่ด้วย คำตอบก็คือ ทั้งจิตและกายตั้งอยู่บนกฎไตรลักษณ์นี้ เมื่อตอบเช่นนี้ก็อาจจะขัดกับสิ่งที่กล่าวมาแล้วว่าจิตเดิมของมนุษย์เราเป็นจิตผ่องใสและสะอาด จิตเป็นอมตะ โดยเฉพาะเมื่อจิตเป็นอมตะแล้ว คือหมายถึงจิตที่เป็น อทุกข์ นิจจัง และนัตตา นั่นคือจิตเราปราศจากทุกข์ ต้องเป็นของเที่ยง มีความทรงตัวอยู่แล้วจะถือว่าจิตเข้าไปอยู่ในกฎไตรลักษณ์ได้อย่างไร คำตอบมีว่าจิตที่ใสสะอาดยังมีกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมผสมผสานอยู่ในจิตนั้นถือเป็นจิตที่ตั้งอยู่ในไตรลักษณ์ ในวันหนึ่งเดือนหนึ่ง–ปีหนึ่งเราเคยหัวเราะเราเคยร้องไห้ เคยทุกข์เคยสุข จนไม่สามารถจะนับครั้งได้ เพราะสภาพจิตที่ผ่องใสและสะอาดแล้ว คือจิตขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย เป็นจิตที่ปราศจากกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมเป็นจิตที่นิ่งเฉยสงบ ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์พระนิพพาน ปราศจากทุกขัง อนิจัง อนัตตา จิตนั้นถือเป็นจิตอมตะ ทรงตัวอยู่ในสภาพเดียวตลอดกาล

๔. มีปัญหาที่น่ารู้อีกเรื่องหนึ่ง คือจิตมีความเกิดขึ้นและเป็นมาอย่างไร เรื่องนี้มีผู้เคยทูลถามพระพุทธองค์ว่า สัตว์โลกถือกำเนิดขึ้นในครั้งแรกอย่างใด พระพุทธองค์ไม่ทรงตรัสตอบ แต่ข้าพเจ้ามีความเชื่อว่า สัตว์โลกถือกำเนิดมาอย่างนี้คือ ข้าพเจ้าขอนมัสการองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอบารมีพระองค์ท่านเป็นที่พึ่งในการจะกล่าวถึงเรื่องนี้ เมื่อมีผู้ทูลถามองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า สัตว์โลกเกิดมาได้อย่างไรในตอนแรก และมีความเป็นมาอย่างไรพระพุทธองค์ไม่ทรงตอบคำถามนี้ การไม่ทรงตอบมิใช่เพราะพระองค์ท่านไม่รู้กำเนิดของสัตว์โลกและความเป็นมา การไม่ทรงตอบมีเหตุหลายประการคือ ๑ ให้ความรู้อันไม่เกิดประโยชน์แก่ผู้รับความรู้นั้น ๒ ให้ความรู้ซึ่งไม่ใช่ทางและไม่สามารถขจัดความทุกข์ได้ ๓

แม้พระองค์จะทรงอธิบายแต่ผู้นั้นก็หาคลายความสงสัยไม่ ย่อมจะต้องซักถามไล่เลียง แม้ทรงตอบแล้วก็คงไม่เข้าใจถ่องแท้ ต้นเหตุผลทั้งสามประการ ซึ่งพระองค์ท่านเห็นไม่เกิดประโยชน์จงทรงงดอธิบายเรื่องนี้ ข้าพเจ้าจะกล่าวต่อไปนี้เป็นเรื่องความเห็นและความเชื่อของข้าพเจ้า ตามปัญญาที่มีอยู่มิใช่ปรารถนาแสดงตนเป็นผู้รู้มาก แต่เป็นเรื่องที่มนุษย์ผู้มีปัญญาทั้งหลายลองจับขึ้นคิดพิจารณาดูบ้าง ว่าจะเป็นจริงไปได้เพียงไร เพราะวิทยาศาสตร์กำลังรุดหน้า มนุษย์สามารถเดินทางไปสู่ดวงดาวอื่นความจริงจากการสำรวจวิจัยพื้นพิภพของดวงดาวอื่นกับโลก อาจจะเป็นเครื่องยืนยันคำกล่าวของข้าพเจ้าในอนาคตก็ได้ และที่ข้าพเจ้าพูดถึงเรื่องนี้ก็เพื่อชี้ให้เห็นว่าจิตดั้งเดิมของสัตว์โลกนั้น มีความใสสะอาดเป็นทุนของเดิมอยู่แล้ว มิได้มีเจตนาไปในทางอื่น เมื่อพูดถึงกำเนิดของสัตว์โลก เราก็ต้องย้อนถอยหลังไปพูดถึงเรื่องจิต เพราะสัตว์โลกจะถือกำเนิดของโลกและจักรวาลทั้งหลายเพราะจิตจักรวาลทั้งหลายและโลกที่เราอาศัยอยู่นี้ รวมทั้งดวงอาทิตย์ พระจันทร์และดวงดาวที่เรามองเห็นอยู่ในท้องฟ้าให้ถือกำเนิดขึ้นพร้อมกันหมด

เราคงจำคำกล่าวของพระพุทธองค์ที่ได้ตรัสไว้ว่า สิ่งทั้งหลายที่กำเนิดมาจากความว่างเปล่า โลกของเรา พระอาทิตย์ พระจันทร์ และดวงดาวทั้งหลายที่แบ่งแยกกันออกเป็นจักรวาลมากมาย รวมทั้งจิตได้ถือกำเนิดมาจากความว่างเปล่าทั้งสิ้น ย้อนกลับไปในตอนนั้นซึ่งยังไม่มีโลก ไม่มีดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ และดวงดาว และจิตอวกาศอันไกลแสนสุดคำนวณปริมาณฑลมีแต่ความว่างเปล่า เป็นเปล่าจริง ๆ ต่อมาได้เกิดความเคลื่อนไหวขึ้นในความว่างเปล่านั้น การเคลื่อนไหวทวีความแรงขึ้นตามลำดับ จนเกิดเป็นความร้อนขึ้นทำให้สิ่งที่ว่างเปล่าเข้ามารวมตัวกัน และมีความร้อนในการรวมตัวนั้น ความว่างเปล่าที่รวมตัวกันบางส่วนก็รวมกันกลายเป็นรูปวัตถุ บางส่วนก็รวมกันแต่ไม่มีรูปเป็นวัตถุเป็นเพียงพลังอันหนึ่ง และพลังนี้แหละคือจิต จิตที่ถือกำเนิดมาจากสิ่งว่างเปล่าดังกล่าว เป็นการเริ่มต้นเกิดขึ้นของจิตอันเป็นพลังอันหนึ่ง ส่วนว่างเปล่าที่รวมตัวกันกลายเป็นรูปวัตถุ และมีความร้อนเกิดขึ้นในตัวของมันเองเมื่อเวลาผ่านไป รูปวัตถุที่เย็นก็เย็นลงทีละน้อย รูปวัตถุที่มีขนาด

ใหญ่ก็เย็นช้า รูปวัตถุใดที่มีขนาดเล็กก็เย็นเร็ว รูปวัตถุเหล่านี้ก็คือโลกมนุษย์พระอาทิตย์ พระจันทร์ และดวงดาวทั้งหลายซึ่งเกาะกลุ่มกันขึ้นเป็นจักรวาลนับได้เป็นหมื่น ๆ จักรวาล และแต่ละดวงดาวของแต่ละจักรวาล ก็มีพลังของจิตอยู่ต่างก็เนรมิตกายทิพย์ เพื่อให้จิตอาศัยอยู่ ย้อนกล่าวถึงโลกมนุษย์เรา จิตก็บรรดาลกายทิพย์ เพื่อเป็นที่อยู่ของจิตเช่นเดียวกัน โดยเหตุที่จิตถือกำเนิดขึ้นในตอนแรกนั้น มีต้นกำเนิดมาจากความว่างเปล่าจึงเป็นพลังที่สะอาดและบริสุทธิ์ในระยะต่อมาจิตปรารถนาสิ่งที่จะเข้ามาช่วย เพราะตัวจิตอย่างเดียวที่เป็นพลังไม่สามารถจะทำหรือจะสร้างอะไรเพื่อให้เกิดประโยชน์ได้ โดยเฉพาะแก่พื้นโลกที่จิตอาศัยอยู่ ธรรมชาติของพื้นโลกเป็นอย่างไร ก็เป็นอยู่อย่างนั้นไม่มีอะไรเจริญงอกงามขึ้น ตัวจิตซึ่งเป็นพลังจึงได้กำหนดสร้างสิ่งช่วยจิตขึ้นมา สิ่งนั้นคือรูปกาย มีรูปร่างลักษณะต่าง ๆ กันตามความต้องการของจิตก็คือรูปของสรรพสัตว์ที่เราเห็นอยู่จนนับจนแยกเป็นประเภทไม่ถ้วน ทั้งในน้ำใต้ดินบนดินและในอากาศ เมื่อบรรดารูปกายขึ้นมาแล้ว เห็นยังทำประโยชน์ไม่ได้มากตามต้องการ จึงได้กำหนดสร้างรูปกายให้ละเอียดยิ่งขึ้น จนได้กลายเป็นรูปกายมนุษย์ ซึ่งละเอียดอ่อนซับซ้อน สามารถกระทำการทุกสิ่งทุกอย่างได้ เมื่อมีรูปกายเกิดขึ้น พลังจิตก็ลงบังคับกายให้การปฏิบัติให้กระทำไปตามจิตต้องการ โดยเหตุที่รูปกายเป็นวัตถุที่จำเป็นต้องเลี้ยงดูให้กายปฏิบัติ ให้กระทำไปตามจิตต้องการ โดยเหตุที่รูปกายเป็นวัตถุที่จำเป็นต้องเลี้ยงดูให้รูปวัตถุนั้นคงสภาพเป็นรูปกายอยู่ ที่จิตต้องการกระทำเกิดขึ้นเป็นอันดับแรกก็คือการบังคับกายให้มีการกระทำในเรื่องอื่นอีก เมื่อการกระทำเกิดขึ้นผลของการกระทำของกรรมจึงเกิดขึ้น แต่กายมิได้เป็นตัวกระทำตามลำพัง ถ้าจิตไม่รู้ไม่สั่งงานให้ทำ เมื่อจิตเป็นตัวรับรู้เป็นตัวสั่งงานให้กายกระทำ ผลแห่งการกระทำของกายนั้นจึงตกเป็นเรื่องของจิต ส่วนกายเป็นเพียงผู้ร่วมการกระทำเท่านั้นโดยเหตุที่กายเป็นรูปวัตถุ ย่อมต้องมีการชำรุดทรุดโทรมแล้วก็สลายไปในที่สุด จิตก็ต้องแสวงหากายใหม่เพื่อใช้การให้เป็นไปตามผลของวิบากกรรม ซึ่งตัวจิตสะสมไว้ มนุษย์เราจึงเรียกว่าตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารเพื่อสร้างกรรมและผลของกรรม ดังนั้นจิตซึ่งเดิมเคยผ่องใสมีกำเนิดมาจากความว่างเปล่า เมื่อจิตเป็นตัวสะสมกรรม พลังวิบากกรรมใดเข้าไปเคล้าผสม จิตจึงค่อย ๆ มัวหมองขุ่นลงตามลำดับ ทุกภพทุกชาติที่จิตปฏิสนธิในกาย

ถ้าการกระทำที่มนุษย์สร้างขึ้นในขณะที่มีกายเป็นเรื่องฝ่ายบาปและความชั่ว จิตก็ย่อมสะสมความขุ่นมัวยิ่งขึ้น แต่ถ้ากระทำแต่ความดี หรือฝ่ายบุญ จิตก็ย่อมจะสะอาดแต่เป็นความใสสะอาดที่ยังมีพลังวิบากกรรมผสมอยู่ มิใช่ว่าความใสสะอาดอันเป็นจิตที่จะหลุดพ้นจากความทุกข์จิตที่จะไปสู่กระแสพระนิพพาน จะต้องเป็นจิตที่ปราศจากวิบากกรรมทั้งปวงคือไม่มีทั้งวิบากกรรมดี และวิบากกรรมชั่วอยู่ในจิตใจนั้น ต้องเป็นจิตที่มีแต่ความว่างเปล่าอันเป็นสภาพจิตดั้งเดิมที่ใสสะอาด เหตุใดพระพุทธเจ้าทุกพระองค์จึงสอนให้ละความชั่วทั้งปวง ทำความดีให้ถึงพร้อม ทำจิตให้ผ่องใส ก็เพราะพระองค์ท่านต้องการให้มนุษย์เราได้ขัดเกลาชำระจิตของเราให้ไปสู่ความว่างเปล่า และใสสะอาดตามสภาพของดวงจิตเดิมนั่นเอง เพราะพระองค์ทราบดีว่าการเวียนภพเวียนชาติของสัตว์โลกนี้เองที่สร้างวิบากให้เกิดขึ้นกับจิต ขอให้เราสังเกตดูมนุษย์เราในปัจจุบัน จะเห็นการประพฤติปฏิบัติของเขาขัดกับคำสอนของพระพุทธ-องค์อย่างเห็นชัด พระพุทธองค์สอนให้ละความชั่วทั้งปวงทำความดีให้ถึงพร้อม ทำจิตให้ผ่องใส แต่มนุษย์เราส่วนมากกลับไปปฏิบัติตรงข้ามกลายเป็นความละดีทั้งปวง ทำความชั่วให้ถึงพร้อม ทำจิตให้มัวหมอง เมื่อมนุษย์ปฏิบัติเช่นนี้แล้ว เราจะมองเห็นธรรมของพรงองค์ท่านหรือ การบรรลุธรรมจึงเป็นไปได้ยาก และความทุกข์ยากลำบากนานับประการ จึงทับถมเข้ามารอบด้านอย่างไม่เคยมีมาก่อนเลย ก็เพราะทุกคนหันหลังให้แก่ธรรมของพระพุทธองค์เสียแล้วนั่นเอง ตามที่กล่าวมานี้ก็เพื่อชี้ให้เห็นว่า จิตและจักรวาลเกิดขึ้นพร้อมกัน โลกมนุษย์ดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ และดวงดาวทั้งหลายเกิดขึ้นพร้อมกัน มิใช่ว่าเป็กส่วนหรือเป็นสะเก็ดแตกแยกมาจากสิ่งหนึ่งสิ่งใดเช่นโลกมนุษย์ก็มีโลกมนุษย์ ต่างก็เกิดขึ้นพร้อมกัน ถ้าหากสิ่งหนึ่งเป็นสะเก็ดหรือส่วนของอีกสิ่งหนึ่งแล้ว สภาพของสิ่งทั้งสองย่อมเหมือนกัน ส่วนประกอบของพิภพดวงจันทร์และโลก รวมทั้งทรัพยากรธรรมชาติย่อมจะต้องมีเหมือนกันมนุษย์ได้ขึ้นไปเหยียบดวงจันทร์แล้ว พิภพของดาวอังคารและของพระจันทร์และโลกมนุษย์แตกต่างกันมิได้เหมือนกันเลย นั่นเป็นเพราะการถือกำเนิดขึ้นพร้อมกันและอิสระต่อกัน พิภพของดวงดาวบนท้องฟ้าทุกดวงก็เป็นไปในทำนองเดียวนั้น จิตของเราก็เกิดขึ้นพร้อมกับจักรวาล มีความใสสะอาดว่างเปล่า ไม่มีกายให้ได้รับภาระลำบากเดือดร้อนเป็นทุกข์ ถ้าเราชำระจิตใจ

ของเราไปสู่จิตเดิมของสัตว์โลกก็จะมีแต่ตัวจิตที่ไม่มีกาย เมื่อไม่มีกายเสียแล้ว ก็ย่อมเป็นสุขนิรันดร์ จิตดั้งเดิมนี่แหละคือจิตพระนิพพานเป็นจิตอมตะ เป็นพลังแห่งความว่างเปล่าปราศจากธุลีความขุ่นมัวทั้งปวง ซึ่งพระองค์ท่านทรงสอนให้เราชำระจิตให้ผ่องใสก็เพื่อไปสู่จิตดวงเดิมของเรานั่นเอง

ความมุ่งหมายในการปฏิบัติธรรม ตามที่กล่าวมาแล้วนี้ ใคร่สรุปให้เห็นความสำคัญว่ามีจุดประสงค์อย่างไร จุดประสงค์ดังกล่าวก็คือ มุ่งชำระหรือฝึกฝนจิตของเราให้เป็นจิตที่ว่างจากอะไร ตอบเป็นจิตที่ว่างเปล่าจากกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรม แต่เราต้องไม่ลืมว่าพระพุทธองค์ทรงสอนให้สลัดตัณหาออกจากจิตเพราะ ตัณหาเป็นมูลเหตุให้เกิดกิเลสอุปาทานและกรรม ผู้ที่ตัดตัณหาลงเสียได้กิเลสอุปาทานและกรรมย่อมเกิดไม่ได้ในจิตของผู้นั้น ดังนั้นผู้ใดละได้ซึ่งตัณหาผู้นั้นก็ถึงพระนิพพาน หรือโลกุตระ ผู้ที่ชอบทำบุญปรารถนาบุญยังเป็นตัณหาอยู่ ก็ต้องกลับมาเกิดเพื่อรับผลของบุญที่ตนทำไว้ ผู้ที่ทำบาปก็เพราะอำนาจของตัณหาซึ่งก็ต้องกลับมาเกิดเพื่อรับผลบาปนั้น ดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรมที่เข้าสู่กระแสพระนิพพานหรือโลกุตระ การกระทำของท่านทุกอย่างจึงเป็นเพียงอากัปกิริยาเพราะท่านปราศจากซึ่งตัณหา การปฏิบัติของท่านทุกอย่างจึงเป็นการสร้างบารมี ไม่ใช่ตั้งปรารถนาแล้วจึงประพฤติปฏิบัติไป เช่นท่านจะให้สิ่งของใดแก่ใครมิได้มีจิตคิดปรารถนาจากการให้นั้น แต่ให้ด้านพลังแห่งความเมตตาให้ผู้นั้นได้รับความสุขจากการให้สิ่งของนั้นเป็นการเพิ่มพูนเมตตาบารมี ดังนั้นผู้ที่จะเดินทางไปสู่การพ้นทุกข์ในที่สุดการประพฤติปฏิบัติของท่าน ไม่มีสิ่งใดกระทำไปเพื่อหวังสิ่งตอบแทน ทำไปเพียงอากัปกิริยาซึ่งจิตตั้งมั่นเฉยอยู่ทุกอิริยาบถ เพราะท่านชำระจิตของท่านมีแต่ความว่างเปล่าสะอาดบริสุทธิ์ เป็นสภาพของจิตดวงเดิม อันเป็นจิตอมตะ ความมุ่งหมายในการปฏิบัติธรรมก็เพื่อจุดประสงค์ดังกล่าว

๘. วิธีปฏิบัติธรรม

ผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ พระพุทธองค์สอนให้ปฏิบัติให้ได้รับผลสำเร็จสามประการ หรือพูดให้เข้าใจง่ายก็คือให้ชำระฝึกฝนจิตของเราให้สิ่งสามประการ

ให้เกิด ขึ้นในจิตให้ได้สิ่งทั้งสามดังกล่าวคือ ศีลสมาธิ ปัญญา หลักสูตรที่พระองค์สอนสั้นย่อ พูดจบในหนึ่งวินาที แต่การปฏิบัติเพื่อให้เกิดทั้งสามนี้ยากแค้นแสนเข็ญต้องเพียรปฏิบัติเพียรสร้าง จนบอกกำหนดจำนวนปีที่สำเร็จผลได้ยาก เรื่อง ของศีลท่านก็ได้ทราบในตอนต้นแล้วคือการละความชั่วทั้งปวง การทำความดีให้ถึงพร้อมนี่แหละคือองค์ของศีลที่พระพุทธองค์หมายถึง มิใช่ศีลห้า ศีลแปด ศีลสิบ หรือศีลสองร้อยยี่สิบเจ็ดเพราะศีลดังกล่าวเป็นเพียงมุ่งให้ละความชั่วทั้งปวงแต่อย่างเดียว เป็นเพียงการสร้างรั้วล้อมมิให้กระทำความชั่ว อันเป็นศีลขั้นต้นแต่การทำความดีให้ถึงพร้อมยังหามีไม่ ตัวอย่างเช่น เราถือศีลห้าหรือศีลแปด แต่เราเป็นผู้ขาดความกตัญญูกตเวทีก็หมายความว่าเรายังไม่ถึงพร้อมในความดีหรือความชั่ว เราก็ยังไม่ถึงพร้อมซึ่งความดีขององค์ศีลที่สมบูรณ์ จะต้องละความชั่วทั้งปวงได้ จะต้องสร้างความดีให้ถึงพร้อมทุกแง่ทุกมุมและทุกด้าน ผู้ใดมีองค์ศีลสมบูรณ์ดังกล่าว ก็แปลว่าผู้นั้นปฏิบัติธรรมของพระพุทธองค์ได้ครบถ้วนและแล้วคำที่ว่าธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรมจะเป็นความจริงแก่ผู้นั้น

ในเรื่องทำจิตให้ผ่องใสก็ได้กล่าวมาตอนต้นบ้างแล้ว คือการสร้างสมาธิและสติให้เกิดขึ้นที่จิตผู้ที่ไม่สามารถทำให้จิตสงบหรือทำสมาธิได้ เป็นเพราะทนต่ออำนาจของเวทนาคือความรู้สึก ความนึกคิดและอารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในจิตตลอดเวลาไม่ได้ ซึ่งตัวเวทนาที่เกิดขึ้นนี้เป็นพลังของกิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมที่เราได้สะสมมาแล้วในอดีตชาติ ส่วนพลังให้เกิดตัวเวทนาเหมือนคนที่ชอบกินเหล้า ความรู้สึกนึกคิดของเขาก็เป็นไปในทางทำให้เห็นว่าเหล้าเป็นสิ่งมีคุณประโยชน์ ก็เพราะในอดีตชาติเขาได้สร้างกิเลสตัณหาและอุปาทานและกรรมในเรื่องดื่มเหล้า มีความยึดเหล้าเป็นสิ่งดี พลังอันนี้จึงส่งกลับให้เขาเกิดความรู้สึกความนึกคิดและอารมณ์ให้ต้องดื่มเหล้าเพราะเขาขาดสติปัญญาตัวนี้เขามิได้สร้างหรือสะสมไว้ในตัวจิต แต่ถ้าในปัจจุบันชาติเขาเริ่มสร้างเขามองเห็นโลก พลังสติและปัญญาตัวนี้ก็จะตามไปสกัดกั้นไปในอนาคตชาติ หรือถ้ามีพลังสูงก็อาจสกัดกั้นให้เขาทุกข์เห็นโทษของการดื่มเหล้า

และหยุดได้ชาตินี้ ท่านต้องจำไว้อย่างหนึ่ง สติและสมาธิสร้างให้เกิดได้มีได้พร้อมกับสติและสมาธิจะต้องเกิดขึ้นพร้อมกัน เพราะเป็นปัจจัยของกันและกันถ้าสติมั่นสมาธิก็สูง ถ้าสมาธิสูงสติก็สูงตามไปด้วย และอีกประการหนึ่งจิตที่สามารถจะเป็นสมาธิและมีสติเกิดขึ้นได้จิตนั้นแหละจะต้องมีศีลรองรับตามระดับอันสมควร เพราะจิตไม่มีศีล เป็นจิตที่วุ่นวาย เป็นจิตที่ไม่มีความสะอาดพอดังนั้นผู้ปรารถนาสมาธิและสติจะต้องมีศีล ให้สมบูรณ์เพียงพอเสียก่อนจึงค่อยฝึกจิตให้สงบและสร้างสติอย่ากระโดดเข้าปฏิบัติธรรม ในเมื่อศีลของตนเองไม่สมบูรณ์เพียงพอ

การปฏิบัติธรรมตามแบบพระพุทธองค์ แบ่งได้เป็น ๒ วิธีคือสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน สมถกัมมัฏฐานหมายถึงการฝึกจิตให้สงบและสร้างสติให้เกิดอย่างที่เราพากันไปนั่งหลับตาตามโบสถ์ตามสำนักปฏิบัติธรรมกำหนดพุทโธ หรือสัมมาอาระหังเป็นตัวสติ การปฏิบัติแบบนี้มิใช่วิปัสสนากัมมัฏฐาน เพราะผู้ปฏิบัติมิได้เกิดปัญญาพิจารณาใคร่ครวญในเรื่องหนึ่งเรื่องใดเป็นเพียงการฝึกฝนจิตให้สงบ ไม่ให้ตัวเวทนาคือความรู้สึก ความนึก ความคิดและอารมณ์ฟุ้งซ่านไปแต่เพียงอย่างเดียว เมื่อผู้ใดสามารถทำจิตให้เป็นสมาธิหรือสงบได้ก็เป็นเพียงการ ใช้พลังจิตข่มระงับเวทนากิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมที่มีอยู่ในจิตให้อ่อนกำลังลงหาเป็นการขจัดหรือชำระให้หมดไปจากจิตไม่เมื่อจิตออกจากสมาธิหรือขาดสติควบคุม พลังของเวทนากิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมก็เกิดขึ้นในจิตของเขาอีก ผู้ปฏิบัติทางสมถกัมมัฏฐานจึงต้องทำจิตให้เป็นสมาธิอยู่ตลอดเวลาหรืออาจจะตลอดชีวิตของเขา อย่างเช่นฤๅษีที่บำเพ็ญกันหรือพระบางองค์ที่ปฏิบัติกัน ต้องทำจิตให้อยู่ในสมาธิอยู่ตลอดเวลาเมื่อออกจากสมาธิเมื่อใด จิตก็จะเกิดความวุ่นวายทันที ดังนั้นจึงมีผู้เปรียบเทียบสมถกัมมัฏฐานเหมือนการเอาหินทับหญ้า หญ้าย่อมไม่ออกไม่ได้เมื่อมีหินทับอยู่ แต่เมื่อยกหินออกวันใด หญ้าจะงอกขึ้นวันนั้น การปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ตามแบบพระพุทธองค์เป็นเพียงการข่มจิตระงับไม่ชนะความทุกข์เท่านั้น ผลตอบแทนผู้ปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานที่ได้รับก็

คือตัวฌาน ซึ่งยังจัดอยู่ในขั้นโลกีย์ หรือทางโลก มีการเสื่อมหรือหมดไปได้ เมื่อการปฏิบัติย่อหย่อน หรือจิตหมดพลังในการควบคุมเวทนากิเลสตัณหาอุปาทานและกรรมให้สงบนิ่งได้ ผลของการได้ฌานทำให้เกิดอำนาจทางฤทธิ์ เช่นอิทธิปาฏิหาริย์ อำนาจทางจิต หูทิพย์ ตาทิพย์เป็นต้น และเมื่อดับจากโลกนี้จะได้ไปเกิดในพรหมโลกสูงต่ำตามอำนาจของจิตที่เป็นสมาธิหรือสงบนั้น และเมื่อขึ้นไปบนพรหมโลกก็ต้องไปทำสมาธิจิตต่อไปอีกตลอดเวลา หากถอยจากสมาธิเมื่อใด ก็เลื่อนลงสู่ขั้นต่ำตามลำดับจนถึงกลับเกิดในมนุษย์โลกเป็นมนุษย์อีก การปฏิบัติทางสมถกัมมัฏฐานไม่มีโอกาสสร้างตัวปัญญาทางธรรม คือ ฌานให้เกิดขึ้นได้ พราหมณ์ได้บำเพ็ญสมถกัมมัฏฐานมาก่อนพระพุทธกาลแต่ก็หาเข้าสู่นิพพานได้ไม่ เพราะมิได้บำเพ็ญทางปัญญาบารมี จึงมองไม่เห็นแก่นแท้ของความจริงเมื่อพระองค์ตรัสรู้แล้วทรงเป็นตัวปัญญาให้แนะนำชี้ทางให้พราหมณ์เหล่านั้น จึงเกิดปัญญามองเห็นบรรลุเป็นพระอรหันต์มากมายนอกจากนั้นการปฏิบัติทางสมถกัมมัฏฐานจิตยิ่งเป็นสมาธิสงบมาก ปัญญาก็ยิ่งดับลงมากยิ่งมองไม่เห็นอะไรมากยิ่งขึ้น นอกจากจิตที่สงบสูงขึ้นเพียงอย่างเดียว พระพุทธองค์ก็ได้ทรงบำเพ็ญทางสมถกัมมัฏฐานนี้มาก่อนแล้วกับอาฬรดาบส และอุทกดาบสจนได้ฌานสูงสุดกว่าอาจารย์คือ รูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔ ทรงเห็นว่าไม่ใช่ทางตรัสรู้ได้ จึงได้ปลีกพระองค์ไปบำเพ็ญตามลำพังจนได้ตัวฌาน คือปัญญาทางธรรมอันให้เราทราบความจริงอัน-เกิดปัญญาทางโลกของมนุษย์ทราบได้ จึงได้ทรงตรัสรู้

ส่วนวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นทุกข์ตามแบบของพระพุทธองค์โดยตรง เป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อสร้างปัญญาทางธรรมคือฌานหรือปัญญาให้เกิดขึ้น คือต้องพิจารณาเหตุผลความเป็นจริงในเหตุผลทั้งปวงให้เห็นด้วยปัญญาของเราเองมิว่าจะเป็นเรื่องของทางโลกหรือทางธรรมดังนั้นผู้ปฏิบัติธรรมตามแบบวิปัสสนากัมมัฏฐานจึงต้องมีพื้นฐานปัญญาอยู่แล้วพอสมควร เพราะธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นเรื่องละเอียดลึกลับซับซ้อนยิ่งกว่าเรื่องทางโลกมากหลายเท่านัก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องปรมัตถธรรม อันเป็นธรรมที่เป็นรูปวัตถุ จะชี้แนะนำให้มองเห็นได้มองเห็นได้ด้วยตาหรือฟังด้วยหูจะจ่องเห็นด้วยปัญญา เพราะมีความยากมองไม่เห็นเช่นนี้ เมื่อพระพุทธองค์ตรัสรู้แล้วจึงคิดจะไม่

แสดงธรรมอันลึกล้ำแก่สัตว์โลกทรงปรารภว่า ธรรมที่พระองค์ท่านตรัสรู้แล้วนี้ก็เป็นของยากละเอียดลึกซึ้ง ยากที่สัตว์โลกอันรื่นเริงอยู่ในกามคุณจะมองเห็น นอกจากบัณฑิตเท่านั้นจะเห็นได้ จะอย่างไรก็ตามแต่ การปฏิบัติธรรมเพื่อการหลุดพ้นจากความทุกข์ ตามแบบพระพุทธองค์ แม้จะเป็นเรื่องยากแต่ก็เป็นของยากสำหรับผู้ไม่มีความตั้งใจจริงและปฏิบัติจริงเท่านั้น ถ้าหากมีความตั้งใจจริงได้เริ่มต้นตั้งจิตในการปรารถนา ตั้งพลังจิตในการปฏิบัติดังกล่าวไว้ในตอนต้น ปูพื้นฐานของจิตใจให้เกิดขึ้นด้วยปัญญาดังแนะนำไว้แล้ว ของยากนี้จะกลายเป็นของง่ายหากเราไม่เริ่มต้นเดินทางแล้วจะถึงปลายทางได้อย่างไร เราจะเดินวนเวียนอยู่ในวัฏสงสารเพื่อรับทุกข์ อย่างที่เป็นอยู่เห็นอยู่ทุกวันนี้ดีหรือควรจะอำลาความทุกข์จากกันเสียที ทางเดินมีอยู่แต่เราจะเดินหรือไม่เดินเท่านั้นเอง

อานิสงส์การเจริญภาวนา

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก ถ้าผู้ใดได้สวดมนต์ภาวนาทุกค่ำเช้า ผู้นั้นจะไม่ไปตกอบายภูมิ แม้ได้บูชาไว้กับบ้านเรือนก็อาจป้องกันอันตรายต่าง ๆ ได้ อานิสงส์การภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก มีคำ อธิบาย คุณ ความดีไว้ในฉบับเดิมอีกหลายประการ ต้นฉบับเดิมเปิดกรุได้ที่เมืองสวรรคโลก เป็นตัวอักษรขอม จารไว้ในใบลาน หลวงธรรมาธิกรณ์ได้มาแต่พระแทนศิลาอาสน์ มณฑลพิษณุโลก อิทธิฤทธิ์ใดจะเนรมิตรแผ่นอิฐเป็นทองคำก่อเป็นพระเจดีย์ ตั้งแต่มนุษย์โลกสูงขึ้นไปถึงพรหมโลก อานิสงส์ก็ยังไม่เท่าภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

๑ อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง วัจจะ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา สัมมาสัมพุทโธ วัจจะ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคาวา วิชชาจะระณะสัมปันโน วัจจะ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา สุคะโต วัจจะโส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา โลกะวิทู อัจจะโส ภะคะวา ฯ

อะระหันตัง สะระณัง คัจฉามิ อะระหันตัง สิระสา นะมามิ สัมมาสัมพุทธัง สะระณัง คัจฉามิ สัมมาสัมพุทธัง สิระสา นะมามิ วิชชาจะระณะสัมปันนัง สะระณัง คัจฉามิ วิชชาจะระณะสัมปันนัง สิระสา นะมามิ สุคะตัง สะระณัง คัจฉามิ สุคะตัง สิระสา นะมามิ โลกะวิทัง สะระณัง คัจฉามิ โลกะวิทัง สิระสานะมามิ ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา อนุตตะโร วัจจะ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา ปุริสะทัมมะสาระถิ วัจจะ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคาวา สัตถาเทวะมะนุสสานัง วัจจะ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา พุทโธ วัจจะ โส ภะคะวา ฯ

อนุตตะรัง สะระณัง คัจฉามิ อะนุตตะรัง สิระสา นะ มามิ ปุริสะทัมมะสาระถิ สะระณังคัจฉามิ ปุริสะทัมมะสาระถิ สิระสา นะมามิ สัตถาเทวะมะนุสสานัง สะระณัง คัจฉามิ สัตถาเทวะมะนุสสานัง สิระสานะมามิ พุธธังสะระณัง คัจฉามิ พุทธัง สิระสา นะมามิ อิติปิ โส ภะคะวา ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา รูปักขันโธ อะนิจจะลักขะณะ ปาระมิ จะ สัมปันโน อิติปิ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา เวทะนาขันโธ อะนิจจะลักขะณะ ปาระมิ จะ สัมปันโน อิติปิ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา สัญญา ขันโธ อะนิจจะลักขะณะ ปาระมิ จะ สัมปันโน อิติปิ โส ภะคะวา ฯ อิติปิ โส ภะคะวา สังขาระขันโธ อะนิจจะ ลักขะณะ ปาระมิ จะ สัมปันโน อิติปิ โส ภะคะวา ฯ อิติปิโส ภะคะวา วิญญาณะขันโธ อะนิจจะลักขะณะ ปาระมิ จะ สัมปันโน อิติปิ โส ภะคะวา ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา ปะฐะวี จักกะวาฬะ จาตุมะหา ราชิกา ตาวะติงสา ธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา เตโช จักกะวาฬะ จาตุมะหาราชิกา ตาวะติงสา ธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ อิติปิโส ภะคะวา วาโย จักกะวาฬะ จาตุมะหาราชิกา ตาวะติงสา ธาตุสัมมาสะมาธิญานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา อาโป จักกะวาฬะ จาตุมะหาราชิกา ตาวะติงสา ธาตุสัมมาสะมาธิญานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา อากาสา จักกะวาฬะ จาตุมะหาราชิกา ตาวะติงสาธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา ยามา ธาตุสัมมาสะมาธิญานะ สัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา ตุสิตา ธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา นิมมานะระติ ธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา นิมมานะระติธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน อิติปิโส ภะคะวา กามาวะจะระธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ อิติปิโส ภะคะวา รูปาวะจะระ ธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา ปะฐะมะฌานะ ธาตุสัมมาสะมาธิญาณะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา ทุติยะฌานะธาตุสัมมาสะมาธิญาณะ สัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา ตะติยะฌานะ ธาตุสัมมาสะมาธิญานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา จะตุตถะฌานะธาตุสัมมาสะมาธิญาณะ สัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา ปัญจะมะฌานะธาตุสัมมาสะมาธิญาณะ สัมปัญโน อิติปิ โส ภะคะวา ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา อากาสานัญจายะตะนะ เนวะสัญญานาสัญญายะตะนะ อะรูปาวะจะวะ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา วิญญานัญจายะตะนะ เนวะสัญญานาสัญญายะตะนะ อะรูปาวะจะระ ธาตุสัมมา ทิยานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา อากิญจัญญายะตะนะ เนวะสัญญานาสัญญายะตะนะ อะรูปาวะจะระ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ

อิติปิ โส ภะคะวา โสตาปัตติมัคคะ ธาตุสัมมวทิยานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา สกิทาคามีปัตติ มัคคะ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา อะนาคามิปัตติมัคคะ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปัสโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัตตะปัตติมัคคะ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ

อิติปี โส ภะคะวา โสตาอะระหัตตะปัตติผละ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา สกิทาคา อะระหัตตะปัตติผละ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ อิติปิ โส ภะคะวา อะนาคาอะระหัตตาปัตติผละ ธาตุสัมมาทิยานะสัมปันโน ฯ

กุสะลา ธัมมา อิติปิ โส ภะคะวา อะอา ยะวะชีวัง พุทธังสะระณังคัจฉามิ ชัมพูทิ ปัญจะอิสโร กุสะลา ธัมมา นะโม พุทธายะ นะโม ธัมมายะ นะโม สังฆายะ ปัญจะ พุทธา นะมามิหัง อาปามะจุปะทีมะสังอังขุ สังวิธาปุกะยะปะ อุปะสะชะสุเหปาสายะโส ๆ สะ ๆ อะอะ อะอะ นิเตชะ สุเนมะ ภูจะนาวิเว อะสังวิสุโลปุสะพุภะ อิส์ วกสุ สุส์ ธาอิ กุสะลา ธัมมา จิตติวิอัตถิ ฯ

อิติปี โส ภะคะวา อะระหังอา ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ สาโพธิปัญจะ อิสะโร ธัมมา ฯ

กุสะลา ธัมมา นันทะวิวังโก อิติสัมมาสัมพุทโธ สุคะลาโน ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ จาตุมะหาราชิกา อิสะโร กุสะลา ธัมมา อิติวิชชาจะระณะสัมปันโน อุอุ ยาวะตาวะติงสาอิสะโร กุสะลา ธัมมา นันทะปัญจะสุคะโต โลกะวิทู มะหาเอโอ ยาวะ ชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ ยามาอิสโร กุสะลา ธัมมา พรหมมาสททะปัญจะสัตตะ สัตตาปาระมิ อนุตตะโร ยะมะกะวะ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ ฯ

ตุสิตาอิสะโร กุสะลา ธัมมา ปุยะปะถะปุริสะทัมมะ สาระถิ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ ฯ

นิมมานะระติอิสะโร กุสะลา ธัมมา เหตุโปวะสัตถาเทวะมะนุสสานัง ตะถะ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ ฯ

ปะระนิมิตตะอิสะโร กุสะลา ธัมมา สังขาระขันโธ ทุกขังอนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ พุทธะปะผะ ยาวะชีวัง พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ ฯ

พรหมาอิสะโร กุสะลา ธัมมา นัจจิปัจจะยาวินะปัญจะ ภะคะวะตะ ยาวะ นิพพานัง สะระณัง คัจฉามิ นะโม พุทธัสสะ นะโม ธัมมัสสะ นะโม สังฆัสสะ พุทธิ สาโร กะลา กะระกะนา เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ (หุลูว่า ๓ หน ส์วาหาย)

นะโม พุทธัสสะ นะโม ธัมมัสสะ นะโม สังฆัสสะ (**วิตติ** ว่า ๓ หน) (**มิตติ** ว่า ๒ หน) (จิตติ ว่า ๒ หน) (วัตติ ว่า ๒ หน ยะมะสุ สุวัตถิ โหนตุ (หุลู ว่า ๓ หน ส๋วาหาย)

อินทะสาวัง มะหาอินทะสาวัง พรหมะสาวัง มหาพรหมะสาวัง จักกะวัติสาวัง มะหาจักกะวัติสาวัง เทวะสาวัง มะหาเทวะสาวัง อิสีสาวัง มะหาอิสีสาวัง มุนีสาวัง มะหามุนีสาวัง สัปปุริสาวัง มะหาสัปปุริสาวัง พุทธะสาวัง ปัจเจกะพุทธะสาวัง อะระหัตตะสาวัง สัพพะสิทธิวิชชา ธะรานังสาวัง สัพพะโลกาอิริยานังสาวัง เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ ฯ

สาวังคุณัง วิชชาพะลัง เตชัง วิริยัง สิทธิกัมมัง นิพพานัง โมกขัง คุห์หะกัง บุญญัง ทานะสีลัง ปัญญานิกขัง ปุญญัง ภะคะยัง ตัปปึง สุขัง สิริรูปึง จตุวิส์สติเสนัง เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ (หุลูว่า ๓ หน ส๋วาหาย) ฯ

นะโม พุทธัสสะ ทุกขัง อนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ เวทนาขันโธ สัญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะขันโธ นะโม อิติปิ โส ภะคะวา ฯ

นะโม พุทธัสสะ ทุกขัง อนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ เวทนาขันโธ สัญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะขันโธ นะโม ส๋วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ฯ

นะโม สังฆัสสะ ทุกขัง อนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ เวทนาขันโธ สัญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะขันโธ นะโม สุปฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ วาหะปริตตัง ฯ

นะโม พุทธายะ มะอะอุ ทุกขัง อนิจจัง อะนัตตา ยามะ ตัสสะ หาโยโมนะ มะอะอุ ทุกขัง อนิจจัง อะนัตตา อุอะมะ อะวันทา นะโม พุทธายะ นะอะกะตินิสสะระณะ อาระปะขุธัง มะอะอุ ทุกขัง อนิจจัง อะนัตตา ฯ

จบเพียงนี้แล

อยู่ให้เขาไว้ใจ

ตายให้เขาบูชา

มาให้เขาดีใจ

ไปให้เขาคิดถึง

การสะสมสะเบียงทางโลกต่างกับการสะสมสะเบียงทางธรรม

ถ้ากายและจิตศรัทธาของข้าพเจ้า จะเรียกว่ามีโอกาสดีกว่าอีกหลายท่าน ในสภาพที่ได้ใกล้ชิดศาสนาทางภาคปฏิบัติ สิ่งใดที่ได้มาเป็นบุญกุศลที่สะอาดและดี ข้าพเจ้าขอตั้งจิตอุทิศให้กับเพื่อนร่วมโลกที่ปรารถนาสิ่งดีนั้น ๆ โดยที่ท่านยังไม่มีโอกาสเหมาะเช่นข้าพเจ้า เพราะข้าพเจ้าบวชแล้ว

มีความเชื่อในเรื่องระดับจิตอย่างหนึ่งว่า ผู้ส่งกระแสร์จิตและผู้รับความหวังดีจากกระแสร์จิต ถ้ามีสภาพจิตระดับเดียวกัน กระแสร์จิตจะถึงกันได้โดยสะดวก

ทราบจากผู้มีประสพการณ์ทางโลก เกี่ยวกับการเดินทางโดยเรือว่า ก่อนที่จะไปยังจุดมุ่งหมายข้างหน้า นอกเหนือจากพาหนะคือเรือที่มีเครื่อง และส่วนประกอบอื่นใดพร้อมแล้ว สิ่งหนึ่งที่สำคัญยิ่งและขาดไม่ได้คือ ต้องเตรียมจับจ่ายซื้อหาเสบียงอาหารให้พร้อมพอในระหว่างการเดินทางสู่เป้าหมายจากผู้นำเรือที่มีหน้าที่ที่เราเรียกว่ากัปตัน

มีความคล้ายกันอยู่อย่างหนึ่ง เกี่ยวกับการเดินทางสู่จุดหมายนี้ คือการสะสมเสบียง องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านให้อรรถาธิบายเกี่ยวกับการสะสมเสบียง เพื่อการเดินทางของมนุษย์ในทางธรรมว่า อันว่าบุคคลเรานี้ทุกรูปทุกนามที่รู้ตัวแล้วว่าได้เกิดมาเป็นตัวเป็นตนปุถุชนเช่นนี้แล้วควรที่จะยอมรับรู้อย่างชัดแจ้ง และเตรียมพร้อมในเรื่องการดับคือการจาก หรือความตาย ซึ่งเป็นสิ่งคู่กันกับการเกิดด้วยว่าต้องมีแน่ ๆ คนเราเมื่อเกิดมาแล้วก็เสมือนยืนอยู่ฝั่งหนึ่ง และมีสภาพที่กำลังเดินสู่อีกฝั่งหนึ่ง ทุกลมหายใจเข้าออก คือกำลังเดินสู่ฝั่งแห่งความตายเป็นเรื่องที่แน่นอนดังนั้น ระหว่างที่กำลังเดินทางอยู่ก่อนที่จะฝั่งตรงกันข้ามนั้น องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านตรัสสอนไว้อย่างไรบ้างนั้น นี่คือของฝากจากข้าพเจ้าที่จะนำแนวทางสร้างสมบารมีขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่พระองค์ท่านมีพุทธะมานะสร้างมาทุกชาติกำเนิด รวมแล้วสิบชาติ กระทั่งมาเป็นพระเวสสันดรและได้ตรัสรู้เป็น

องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดกันอีก จิต ที่ไม่ต้องเกิด ๆ ดับ ๆ คือจิตที่พ้นจากความทุกข์ทั้งสิ้นทั้งปวง

ก่อนที่จะถึงฝั่ง ที่เรียกกันว่าสิ้นสุดกันเสียทีชาตินี้ กาย ที่เปรียบประดุจเรือชีวิตจิตใจที่เป็นเสมือนกัปตัน จึงควรอย่างยิ่งที่จะต้องสะสมเสบียงให้พร้อม เสบียงที่ควรสะสมให้พร้อมมีให้มากที่สุดคือเสบียงธรรม ได้แก่บารมีสิบที่พระพุทธองค์ท่านได้ปฏิบัติมาแล้วจึงเป็นส่วนดีไม่เสีย บารมีนี้ช่วยให้จิตผู้ปฏิบัติได้พบความสุข ความสงบที่แท้จริงเมื่อยังมีชีวิตอยู่ หรือแม้เมื่อเราจำต้องจากโลกนี้ไปแล้วก็ตามสิ่งที่เหลืออยู่ก็ไม่มีผู้ใดรังเกียจเพราะเหลืออยู่ก็เป็นสิ่งดีงาม น่าชื่นชม น่าสรรเสริญทั้งนั้น ถ้ายังไม่หมดเวรหมดกรรมยังต้องเวียนว่ายตายเกิดกันอีกในภพไหน ๆ ชาติใด กายและจิตที่ได้กระทำแต่ดีไว้ ก็จะนำจิตไปจุติในที่ที่ดีขึ้น สุขสมบูรณ์ยิ่งขึ้นพร้อมทุกอย่างไม่ว่าจะอาศัยอยู่ในร่างใด รูปใดกายใด

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วโดยผิวเผินว่า การเดินเรือของทางโลกนั้นเขาสะสมเสบียงอาหารเป็นหลัก แต่เรือชีวิตของเราควรอย่างยิ่งที่จะต้องสะสมเบียงธรรม คือบารมีสิบประการตามรอยพระพุทธองค์ท่านดังนี้.–

บารมีหนึ่งนั้นคือ

ทานบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระเวสสันดร – ได้แก่ทำทานให้เป็นนิสัย

ศีลบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระภูริทัต – ได้แก่การรักษาศีลให้บริสุทธิ์

เนกขัมบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระเตมีย์ – ได้แก่การปฏิบัติธรรมตามกาลเวลา

ปัญญาบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระมโหสถบัณฑิต – ได้แก่การแสวงหาความรู้เพิ่มเติมใส่ตน

วิริยะบารมี เพื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระมหาชนก – ได้แก่การเกิดเป็นคนที่มีความพยายามเป็นนิสัย

ขันติบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระจันทรกุมาร – ได้แก่การมีความยดทนอดกลั้นต่อสิ่งเลวร้ายทั้งหลาย

สัจจะบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเกิดเป็นพระวิฑูรบัณฑิต – ได้แก่การเป็นคนที่พูดแต่ความเป็นจริง

อธิษฐานบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระเนมิราช – ได้แก่การที่ทำตามคำพูดที่ได้ตั้งใจไว้

เมตตาบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระสุวรรณสาม – ได้แก่การที่มีจิตปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ไม่ซ้ำเติม

อุเบกขาบารมี เมื่อพระพุทธเจ้าถือกำเนิดเป็นพระพรหมนารท – ได้แก่การวางตัวด้วยมีจิตเป็นกลางอย่างยุติธรรมอย่างสงบ

ปฏิบัติอย่างนี้เพิ่มขึ้นอย่างมีสติ ปลายทางชีวิตจะถึงจุดหมายอย่างสุขสงบ สบายอย่างแท้จริง

ผู้รู้และรู้ว่าตนรู้ คือคนฉลาด จงตามเขา

ผู้รู้และไม่รู้ว่าตนรู้ คือคนหลับ จงปลุกเขา

ผู้ไม่รู้และรู้ว่าตนรู้ คือคนโง่ จงหลีกเขา

ผู้ไม่รู้และรู้ว่าตนไม่รู้ คือเด็ก จงสอนเขา

ไม่วุ่น-จะว่าง
นิพพานนัง ปรมัง สุขัง
นิพพานเป็นสุขยิ่ง

จงมองดูโลกทั้งสิ้นทั้งปวงเหล่านี้ให้เห็นถึงตามที่เป็นจริงว่า ทุกสิ่งเป็นของว่าง อย่าให้หลงเป็นของวุ่น ด้วยอาศัยสติและปัญญามองให้เห็นชัด พิจารณาแล้วจะเห็นว่าเป็นเพียงของหลอกลวง เป็นมายา

สิ่งที่เป็นของหลอกลวงหรือมายานั้น ถามดูซิว่าให้ความสุขหรือความทุกข์ สิ่งใดเป็นมายาสิ่งนั้นเป็นของหลอกลวงไม่มีตัวตนที่แท้จริงและเหล่านี้คือความวุ่น ความวุ่นไม่มีตัวตน แต่เราเห็นผิดไปว่ามีตัวตน เป็นตัวเป็นตนเสมือนกับคนที่เห็นรูปหรือเงาตนเองในแดด ก็หลงว่ามีตัวตนอย่างนั้นอย่างนี้ ทั้ง ๆ ที่เป็นเพียงเงา กระทั่งร่างนี้ก็ว่าเป็นของตน เช่นนี้สำคัญผิดเพราะไม่เที่ยงแท้เลย ควรได้ทำความวุ่นให้ว่างเพื่อสร้างสิ่งดีงามสำหรับชีวิตนี้จากสติปัญญา

การที่ทำตนให้ว่าง ไม่ได้หมายความว่าเอาไปใส่ครกตำให้ละเอียด แล้วเอาไปเผาไฟให้เกิดเป็นควันไปให้หมด แล้วจึงเรียกว่าว่าง ไม่ใช่เช่นนั้นแน่ หากแต่ว่าใช้สติและปัญญาพิจารณาอย่าได้ยึดถือนักว่าเป็นตัวเป็นตนที่แท้ร่างกายก็เป็นร่างกาย จิตก็เป็นจิต เจตสิกก็เป็นเจตสิก ถ้าเราจะรู้จักความว่างให้ถูกต้องจิตก็จะเลื่อนไหลไปในทางพระนิพพานโดยชอบ นิพพานที่แท้จริงคืออย่างไร นิพพานคือความว่างที่แม้ความตายก็ทำอะไรไม่ได้ ความทุกข์ก็ทำอะไรไม่ได้ เท่าที่เคยได้ยินได้ทราบมาก็ว่ากันว่า ถึงนิพพานแล้วดี นิพพานสูง

นิพพานประเสริฐ นิพพานเลิศ ทั้ง ๆ ที่นิพพานคือความว่างที่แท้จริงไม่มีความวุ่นปนอยู่เลย ด้วยถ้าจิตเรายังหลงอยู่กับความวุ่นแล้ว อย่าไปพูดถึงนิพพานเลย

องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสแก่พระอานนท์ว่า "แม้ ตถาคตก็ใช้ เวลาส่วนมาก ที่สุดให้สิ้นไปในสุญญตาวิหาร" สุญญตาวิหารคือการที่อยู่ด้วยจิตใจที่ว่างจากสิ่งทั้งปวง ทั้ง ๆ ที่พระองค์ไม่มีเวลาหยุดเลย โดยที่ต้องเสด็จไปที่นั่นมาที่นี่ด้วยต้องสอนคนนั้นคนนี้ อย่างเหน็ดเหนื่อย แต่ก็ไม่มีความวุ่นเลย ด้วยในใจพระองค์ไม่มีกิเลส ตัณหา จึงไม่มีความวุ่นใจ ส่วนกายที่เคลื่อนไหวไปมาเป็นไปตามธรรมดาของสังขาร ไม่ถือว่าเป็นวุ่นทางใจ จึงไม่ว่าจะทรงนั่งนิ่ง ๆ หรือทรงดำเนินไปที่ไหน ๆ พระองค์ก็อยู่ในความว่างทั้งนั้น ผิวพรรณก็ผ่องใสด้วยไม่มีความทุกข์แต่ประการใด มีแต่ความสะอาด สว่างสงบอยู่ตลอดเวลา จึงทำให้มีพระวรกายที่ผ่องใสน่าสรรเสริญของผู้พบเห็น

สิ่งที่ทุกคนกำลังหลง ซึ่งเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้วุ่นจนไม่ว่าง นั่นคือหลงในสิ่งที่เป็นคู่ ๆ อย่างหนึ่ง เริ่มแรกของคู่ที่หลงคือ เรื่องดีคู่กับเรื่องชั่ว เรื่องบุญคู่กับเรื่องบาป เรื่องทุกข์คู่กับเรื่องสุข ของที่เป็นคู่เหล่านี้มีมากนัก ความมี ความจน นี่ก็คู่หนึ่ง ความได้ลาภความเสื่อมลาภ นี่ก็คู่หนึ่งความเป็นผู้แพ้ผู้ชนะก็คู่หนึ่ง การได้และการเสียนี่ก็คู่หนึ่ง ความเป็นหญิงเป็นชายนี่ก็เป็นเรื่องของความเป็นคู่ ความรักความเกลียดนี่ก็เป็นเรื่องของความเป็นคู่ ความพอใจความไม่พอใจก็ล้วนเป็นเรื่องของความเป็นคู่ ของเป็นคู่นี้มีมากมายแทบจะนับไม่ไหว ซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งความหลง เป็นที่ตั้งแห่งความคิดปรุง ถ้าปรุง ถ้าความคิดปรุงจากสติและปัญญาก็คงไม่ทำให้วุ่น ถ้าความคิดปรุงไปในทางตามใจกิเลสตัณหา มันก็เกิดไม่ว่างในใจเสียแล้ว คือถ้าไม่ชอบความไม่สวยก็ต้องไปชอบความสวย ซึ่งต้องมีความคิดปรุงไปในทางที่ทำให้สวย ถ้าไม่ชอบคำว่าจนก็คิดปรุงไปในทางที่ทำให้มั่งมี ถ้ามีเพียงสิ่งเดียวไม่เป็นคู่แล้วความคิดก็คิดไปไม่ได้ ก็จะหยุดคิดเพียงนั้น เมื่อมีของคู่มาให้เปรียบ จึงได้มีดีมีชั่ว ถ้าไม่มีดี ความชั่วก็ไม่มี เพราะชั่วมาเทียบกับความดี ความดีจึงเป็นสิ่งดี มีคุณค่าขึ้น ความสุขกับความทุกข์ก็เหมือนกันความทุกข์มาเทียบ ความสุขจึงกลายเป็นดี แม้ความทุกข์ก็เถอะ ถ้าไม่มีความสุขมาเทียบมาเป็นคู่เปรียบแล้ว จะมีความ

ทุกข์อย่างไรก็ไม่น่ากลัว เพราะเหตุที่มากันเป็นคู่ ๆ จึง เท่ากับมาเสนอให้เราเลือก เกลียดข้างหนึ่งแล้วเลือกรักข้างหนึ่ง นั่นแหละเรียกว่าความหลงหรือกิเลสที่แรงกล้า ถ้าไม่เอาเสียทั้งสองอย่าง เมื่อนั้นแหละเราจึงจะว่าง คือ ดีเราก็ไม่รัก ชั่วเราก็ไม่เกลียด เราอยู่เฉย ๆ ก็มีความว่างเท่านั้นเอง สุขเราก็ไม่อยาก ทุกข์เราก็ไม่เกลียด เราอยู่เฉย ๆ ก็มีแต่สันติ เป็นความว่าง เป็นนิพพาน ความรักและความเกลียดเป็นของคู่ เป็นของวุ่น ไม่ใช่เป็นทางว่าง จึงไม่ใช่ทางสงบ นิพพานที่ว่างนำสู่ทางสงบ จึงไม่มีสิ่งที่เป็นคู่มาเทียบ

อันที่จริงเขาอยากให้เราดี แต่ถ้าเด่นขึ้นทุกที่เขาหมั่นไส้
จงทำดีแต่อย่าเด่นจะเป็นภัย ไม่มีใครเขาอยากเห็นเราเด่นเกิน

เพลิงทุกข์ เพลิงกิเลสดับหมด ไม่มีในนิพพาน

ผู้สนใจศึกษา หลักการและหลักธรรมเกี่ยวกับพุทธศาสนาที่เหนือยิ่งขึ้นไป เพื่อที่จะให้พบพระนิพพานว่าสุขอย่างไม่ยึดถือว่าเป็นตัวตนนั้นเป็นอย่างไร พึงทำความเข้าใจในเรื่องอริยสัจจ์ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ให้กระจ่างแจ้ง เพื่อยกระดับความรู้สึกและจิตใจให้ขึ้นสู่ระดับความรู้สึกแห่งองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่จะพึงทราบชัดด้วยตนเองว่า นิพพาน ที่อาศัยชื่อจากทางโลก ว่าสุขนั้นอย่างไร

ทุกข์ แปลได้ว่า สิ่งที่ทนอยู่ยาก แต่วนเวียนไม่รู้ จบสิ้น นั่นคือ ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

สมุทัย แปลได้ว่า เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ ได้แก่ตัณหาที่จับจิตใจ

นิโรธ แปลได้ว่า ความดับทุกข์ ให้รู้ถึงและนำมาปฏิบัติเพื่อดับทุกข์ให้ได้

มรรค แปลได้ว่า ทางไปสู่ความดับทุกข์ ผู้ปฏิบัติได้ถึงที่สุดก็ดับทุกข์ได้โดยเด็ดขาด

รำพึง.... พระนิพพาน เป็นอนัตตา คือไม่มีตัวตน หมายถึงธรรมชาติที่ดับแล้วไม่เหลือ พระนิพพานก็ไม่มีน่ะสิ

ตอบ.... พระนิพพาน มิได้หมายถึงการดับตัวเอง หมายถึงเพลิงทุกข์ เพลิงกิเลสดับ เปรียบได้กับการดับไฟ สภาพดับของไฟมีอยู่แต่ความร้อนหรือโรคร้ายหายหมดแล้ว

รำพึง.... พระนิพพาน เป็นสภาพที่เข้าใจยาก เป็นสภาพที่ดับ จะเป็นสุขได้อย่างไร เอาอะไรมา รู้ว่าเป็นสุข

ตอบ.... เพราะความเคยชินอย่างโลก ๆ ที่ต้องอาศัย ตา หู เป็นสื่อ จึงเข้าใจว่าความสุขจะมีได้โดยรู้สึกด้วยอาการ ๓๒

รำพึง.... พระนิพพาน ถ้าไม่มีความสุขอย่างโลก ๆ ไม่มีหนัง ไม่มีลคร ความสนุกสนานอะไร ๆ แล้วดู ๆ ก็ไม่น่าปฏิบัติเพื่อบรรลุเลย

ตอบ.... ถ้าเอาความรู้สึกอันเคยชินทางโลกมาวัดตัดสินกันแล้ว ก็ยังไกลที่จะพบพระนิพพาน ดังเช่นกับผู้คนที่ชอบดื่มเหล้าเมายาว่า มีความสุขเอร็ดอร่อยตามนิสัยที่เคยชินของเขาว่า นั่นคือความสุข เขาก็จะเห็นว่า ที่ใดที่ไม่มีเหล้ายามารับรอง ในที่นั้นไม่มีความสุข เพื่อที่จะเห็นได้ชัดขึ้นอีก เช่นสุนัขชอบคลุกคลีเกลือกกลั้วแต่สิ่งสกปรก ถ้าเอาความเคยชินขั้น สุนัขมาวัดกันแล้ว เจ้าพวกสุนัขก็จะเห็นว่าการที่มนุษย์หลงดมน้ำอบน้ำปรุงน้ำหอมนั้น คือเรื่องโง่ ๆ ลองเอาสำลีชุบน้ำหอมให้สุนัขดมดูทีหรือพวกสุนัขคงพากันวิ่งหนีทันทีเชียวละ ถ้าเจ้าพวกสุนัขนั้นถอยใจให้สูงขึ้นกว่านั้นได้ก็คงจะเห็นได้ว่า ความสุขที่พวกหลงติดอยู่นั้นเป็นของต่ำช้าน่ารังเกียจสำหรับมนุษย์ ฉันใดฉันนั้นในหมู่มนุษย์เรา ถ้าเอาความชินของเรามาวัด เราจะตั้งจะเกณฑ์ให้พระนิพพานดีต่อเมื่อมีสุขอย่างที่เรา ๆ เคยประสบในความเป็นมนุษย์ โดยให้มีหนัง มีลครสำหรับเรา ลองหัดถอยใจให้สูงกว่าเดิม เราจะรู้จักตัวเองดีขึ้นเหมือนเมื่อเรามีอายุมากขึ้น ก็ได้เคยหัวเราะเยาะเด็ก ๆ ที่เล่นตุ๊กตา เล่นขายของ เล่นเกมต่าง ๆ แล้วก็ว่าไม่เห็นน่าสนุกอะไรเลย ก็เพียงในระยะผ่านของชีวิตเราเองนี้ ความรู้สึกเป็นสุขในสภาพต่าง ๆ ตามวัยยังต่างกันได้ ถ้าเราจะได้ประพฤติปฏิบัติด้วยใจอันสูง มองอย่างที่พระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายของพระองค์มองบ้างก็คงจะเห็นคุณค่าของนิพพานว่าว่างอย่างไรที่ควรจะปฏิบัติให้ถึงทั้ง ๆ ที่คำว่าความสุขเมื่อพบพระนิพพานก็ยืมคำทางโลก มาพูดนิพพานไม่มีทุกข์ พ้นเขตทุกข์ได้แล้วนั่นเองความรู้สึกอย่าง **นิพพานนี้เป็นของรู้ได้จำเพาะตนผู้ปฏิบัติได้เท่านั้น**

ครอบครัวของ พ.อ. (พิเศษ) อำไพ วิโรจน์ไตรรัตน์ ขอกราบขอบพระคุณท่านที่เคารพนับถือและญาติมิตรที่ได้กรุณาสละเวลาไปเยี่ยม ในขณะที่ป่วยรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลศิริราช ตลอดจนมาแสดงความไว้อาลัย วางพวงมาลา และร่วมเป็นเจ้าภาพสวดพระอภิธรรม รวมทั้งให้เกียรติมาร่วมในงานพระราชทานเพลิงศพในวันนี้เป็นอย่างสูง

หากการต้อนรับไม่ทั่วถึง หรือมีสิ่งบกพร่องด้วยประการใดก็ดี ขอได้โปรดประทานอภัยด้วย

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์ศรีอนันต์
167/21-22 ถนนประชาธิปไตย กรุงเทพฯ 2 โทร. 2820514
นายอนันต์ ต. สุวรรณ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา